جامعة عين شمس
كلية البنات
قسم علم النفس

دليل الاخصائى النفسى
بين النظرية والتطبيق

اعداد
الأستاذة الدكتورة
صفاء يوسف الأعسر

٢٠٠١ - ٢٠٠٢

فهرس

مقدمـــة:

تستمد الخدمات النفسية فى المدارس معناها وفاعليتها من كونها أحد عناصر او مقومات منظومة التعليم ، ويستمد التعليم مكانته من الدور الذى يلعبه فى المجتمع ، فهو يعد النشىء للحفاظ على ماضيه، وتفعيل حاضره، وصناعة مستقبله – ومن هنا كانت العلاقة الوثيقة بين التعليم والتنمية البشرية أو بين التعليم والاستثمار فى المستقبل.

ولأن التعليم – كمنظومة تضم الخدمات النفسية – بناء دينامى يتفاعل مع حاجات المجتمع فيستجيب لها، ويستبصر المستقبل فيخطط له ، فهو فى حالة تطوير ذاتى مستمر، يحكمه فى ذلك قوتان : قوة داخلية تتمثل فى خصوصية المجتمع، وقوة خارجية تتمثل فى معطيات العصر أو فى حركة الحضارة الانسانية المعاصرة.

وتلتقى القوتان الحاكمتان عند اساسيات تتمثل فى تدفق المستجدات العلمية والتكنولوجية والاجتماعية بما يتجاوز طاقة البشر على ملاحقتها، فكما يقول الحكماء أن قدرة العقل البشرى على خلق التحديات تفوق قدرته على مواجهتها. وهذا هو الحادث فى واقع الأمر، وإيقاع التغير الحادث نتيجة للمستجدات العلمية والتكنولوجية والاجتماعية قلب موازين الثوابت ووضع البشر أمام تحديات لا قبل لهم بها .

فى هذا الخضم لم تعد فلسفة التربية من أجل المحافظة قادرة بمفردها على مواجهة هذه التحديات ، وكان لابد من تغيير مسار التربية لتتجه إلى فلسفة التجديد – ففى فلسفة المحافظة تكون المهام واضحة ومحددة وتنحصر بشكل عام فى نقل خبرات شبه مستقرة من جيل إلى الجيل الذى يليه. أما فى فلسفة التربية من أجل التجديد فتصبح مهام التعليم إعداد النشىء لمواجهة حاضر سريع التغير ومستقبل يصعب التنبؤ به وهى بذلك تعد بشرا قادرا على توظيف امكاناته إلى اقصى حدودها ، قادراً على تعديل مساره بما يحقق التوازن بين مبادئه الثابتة ومتطلبات العصر المتغيرة.

من هذا الإطار كانت الحاجة للخدمات النفسية فى المدارس ومن هذا الاطار نقدم هذا الدليل . فكما سبق أن ذكرنا أن دور الاخصائى النفسى يتحدد باهداف التعليم ويتكامل مع وسائله، ولأن مهام الأخصائى النفسى تنصب على الاسهام المباشر فى تنمية

البناء النفسي - عماد الثروة البشرية، فإن دور الأخصائي النفسي يتجاوز القيام بمهام او واجبات يحددها الدليل، إلى بناء رؤية متكاملة لمنظومة التعليم.

دليل الأخصائي النفسي:

فى إطار فلسفة التجديد التربوى، وفى إطار دنيامية النظام التعليمى، م وفى إطار السعى الدائم لتحسين التعليم نقدم دليل الاخصائى النفسى كحلقة فى سلسلة الجهود التى تبذل من اجل رفع كفاءة التعليم - ويسعى الدليل لإعداد الاخصائى النفسى من أجل بناء راسخ ومرن للخدمات النفسية بالمدارس، ونقصد بالرسوخ أن يقوم على اسس علمية ذات مصداقية نظرية وتطبيقية، ونقصد بالمرونة أن يكون بناءاً متفتحا وديناميا يتيح للممارس ان يطوره ويجدده ويعدله على ضوء ما يكتسبه من خبرات وما يحققه من نضج مهنى من ناحية وما تتطلبه الواقع العملى من حاجات وما تقدمه من موارد وامكانات من ناحية أخرى

ويجدر بنا أن نوضح هدف هذا الدليل وفلسفته، أما من حيث الهدف فهو يهدف إلى التنمية المهنية للأخصائى النفسى، من خلال توظيف المستجدات العلمية من أجل رفع كفاءة الأداء.. وقد اكتسب مفهوم التنمية المهنية مصداقيته فى عصر المعلومات حيث تتدفق المعرفة العلمية المتجددة فى شتى المجالات مما جعل التغير هو القاعدة ، وجعل التعليم المستمر هو الضمان لرفع الكفاءة.. والتنمية المهنية قبل هذا وذاك عنصر اساسى فى التعليم من أجل التجديد.

وأما من حيث الفلسفة فهو يتبنى الفلسفة الايجابية فى علم النفس والتى ترى أن علم النفس علم يهدف إلى بناء البشر وتعظيم جوانب القوة لديهم قبل أن يهدف إلى حل المشكلات المرضية أو علاج الحالات المنحرفة. وبذلك فإن هذا الدليل يتبنى فلسفة إنمائية وقائية وفى نفس الوقت لا يتجاهل الاضطرابات او الانحرافات التى هى جانب اساسى من واقع الحياة.

سوف نتناول فيما يلى عرض مختصر لمحتويات الدليل:

أولاً أهداف التعليم

ما الأهداف التى تسعى المؤسسة التعليمية أن تحققها، وما الخصائص التى تريد للنشء أن يتصف بها.

هذا هو التساؤل المحورى الذى يوجه هذا الدليل، فعلى ضوء الفلسفة التجديدية للنظام

التعليمي تجاوزت أهداف التعليم نقل المعلومات والخبرات، إلى تنمية الامكانات المعرفية والوجدانية والاجتماعية وتمكين المتعلم من التعلم المستقل والمستدام بما ييسر له القيام بأدواره الاجتماعية المتغيرة والمتنوعة بكفاءة واقتدار ، ونجمل هذه الاهداف فيما يلي:

١- يجيد التفكير المركب : يحلل ويقيم ويولف بين المعلومات والبيانات التي يحصلها من المصادر المتنوعة والمتعددة من أجل اتخاذ قرارات رشيدة. يجيد صياغة المشكلات الذكية ويجيد حلها.

٢ - يعبر عن رأيه و يجيد التواصل باستخدام الوسائط المختلفة ويجيد استخدام التكنولوجيا الحديثة. يعبر عن رأيه بمرونة باستخدام الوسائط المختلفة.

٣ - لديه وعي وفهم عميق بثقافته وجذورها التاريخية، والثقافات الأخرى - يشارك بايجابية في مجتمعه بما يحقق حياة أفضل - له موقف ايجابي فيما يدور حوله سواء في بيئته المحلية او في مجتمعه أو على المستوى الانساني المتعدد الاتجاهات - يدرك ويقدر الاعتماد المتبادل متمايزا عن الاعتمادية.

٤ - قادر على التعلم المستقل مدى الحياة - يتحمل مسئولية تعلمه ومسئولية تنميته الذاتية - يخطط ويقيم ويعدل ادائه - يوظف خبرات الماضي من أجل مستقبل أفضل - يحقق التوازن بين الماضي والحاضر والمستقبل.

٥ - على خلق فيما يتخذ من قرارات تحقق التوازن بين مصالحه الشخصية ومصالح الآخرين - وتعبر في ذات الوقت عن قيم مجتمعه بكل ما تحمله من عدالة وتسامح وأمانة.

٦ - يعمل بكفاءة بمفرده أو كعضو في فريق ويحترم بذل الجهد النافع - ذو انتاج رفيع المستوى ويسعى للاتقان.

حين نتأمل هذه الأهداف وفي أذهاننا تساؤل عام : كيف يمكن للنظام التعليمي أن يحقق هذه الأهداف؟ ~~ويشتق من التساؤل العام~~ و تساؤل خاص: ما دور الأخصائي النفسي في تحقيق هذه الأهداف؟

نجد أن الاجابة على التساؤلين تتطلب تحليل ما ورد من كليات وعموميات إلى عناصر

بسيطة يمكن ملاحظتها وقياسها وتنميتها - إذ أن التعامل بالمفاهيم الكلية لا يساعد الباحثين ولا يساعد الممارسين (المعلمين والاخصائيين) على تحديد الأهداف ووضع الخطط وتقييم النتائج وتعديل المسار بصورة علمية، ويكفى مثالا على استخدام المفاهيم الكلية التى تفقد معناها ما أصاب مفهوم الابداع والموهبة والتفوق او التميز . كلها مفاهيم مركبة يحتاج فهمها إلى تحليلها إلى عمليات يسهل التعامل معها - من هذا المنطلق كان تحليلنا لمتطلبات اهداف التعليم المعرفية والوجدانية والاجتماعية ونجمعها فيما يلى:

أولا : تنمية مهارات التفكير

تنمو مهارات التفكير من خلال التدريب على:

(١) عمليات/ استراتيجيات التفكير التى اسهم علم النفس المعرفى فى كشفها ورصدها والتى اصبحت متاحة للعاملين فى المجال.

(٢) مهارات التساؤل/ إدراك العلاقات وخلق معنى لما نراه ونحركه

(٣) الملاحظة الدقيقة وربط الاسباب بالنتائج.

(٤) مهارات التحليل والتقييم.

ثانيا: تنمية مهارات التفكير فى التفكير

تنمو مهارات التفكير فى التفكير بتدريب المعلم على:

(١) تحديد المفاهيم والافتراضات الخاطئة فيما حولنا من معطيات تاريخية او ثقافية او شخصية.

(٢) اكتشاف اوجه الغموض فى اى منظومة اجتماعية او علمية او شخصية.

ثالثا: تكامل التفكير واتساعه

تنمو مهارات تكامل التفكير واتساعه من خلال التدريب على

(١) استخدام التكنولوجيا الحديثة كامتداد لوظائف العقل البشرى.

(٢) ادراك العلاقات المركبة والمتداخلة داخل اى منظومة (ظاهرة) او بين منظومة ما ومنظومة أخرى.

(٣) إعادة صياغة مفاهيم قائمة لتصبح اكثر تكاملا.

رابعا: التعبير عن التفكير

تنمو مهارات التعبير عن التفكير من خلال التدريب على :

(١) اصدار احكام تدعمها الدلائل والوقائع الفعلية.

(٢) التعبير الدقيق عن التفكير والاقتصاد فى الوقت والجهد.

(٣) تحديد العناصر المكونة لأى بناء تحديداً دقيقا، ووصفها وصفا واضحا.

(٤) مراعاة الجمال والوعى الجمالى فى التعبير.

(٥) تعدد وسائل التعبير وتنوعها.

خامسا: التفكير مع الغير

تنمو مهارات التفكير مع الغير بالتدريب على:

(١) احترام حقوق الغير

(٢) الاتساق بين القول والفعل.

(٣) الالتزام بالقيم عند اتخاذ قرار .

(٤) الالتزام بحقوق الغير وحقوق البيئة فى كل ما يصدر عنه من سلوك.

هذه هى المتطلبات المعرفية والوجدانية والاجتماعية وهى الأساس الذى يبنى عليه النظام التعليمى ممارساته من أجل تحقيق أهدافه - وبالتالى فهى الأساس الذى يبنى عليه الاخصائى النفسى مهامه كى يقوم بدوره فى تحقيق تلك الأهداف. وسوف يتضح ذلك فى بناء المهام والانشطة المعرفية والوجدانية والاجتماعية التى يتضمنها الدليل.

ثانيا : الأسس النظرية لمهام الأخصائى النفسى

يهتدى الدليل فى بنائه بأهداف التعليم من ناحية ، وبأسس نظرية تيسر تحقيق هذه الاهداف وتكسب الدليل معنى يتعمق كلما انتقلنا من وحدة لأخرى - وبدون هذه الأسس النظرية الجامعة يتحول الدليل إلى مجموعة من الانشطة او التدريبات المتناثرة - ويصبح دور الاخصائى دورا تنفيذيا وليس بنائيا فالاساس النظرى يجيب على تساؤلين اساسيين:

لماذا نقدم هذه المهمة؟

لماذا نقدمها بهذا الأسلوب؟

وبذلك فهو يدعو الأخصائى للمشاركة فى منطق بناء الدليل، وبالتالى يتيح له الفرصة للتفكير فى بدائل جديدة وهذه هى أحد الوظائف الهامة للدليل.

الاسس النظرية التى يتبناها الدليل ثلاثية الابعاد:

البعد الاول: أنها نظرية انسانية اساسها تحقيق الذات.

البعد الثانى: انها فلسفة معرفية اساسها مهارات التفكير

البعد الثالث: انها فلسفة منظومية اساسها التكامل والتفاعل بين جوانب او مكونات أى بناء.

وبرغم معرفة الأخصائى بالفلسفات الثلاثة إلا اننا سوف نطرحها باختصار.

النظرية الانسانية ويمثلها ماسلو ترى أن الانسان لديه حاجات متنوعة يسعى لتحقيقها وبقدر تمكنه تمكينه من تحقيقها تكون نوعية حياته. وكلنا نعرف هرم ماسلو الذى يبدأ بالحاجات الجسمية ثم الحاجة للحب ثم الحاجه للأمن ثم الحاجة للتقدير وفى قمة الهرم نجد الحاجة لتحقيق الذات. لماذا يضع هذا الدليل النظرية الانسانية اساسا له ... لأن اهداف التعليم الاساسية هى تمكين النشء من تحقيق ذاته. أما النظرية المعرفية فى النظرية التى تستمد جذورها من رافدين اساسيين ،الأول دراسات المخ البشرى - مركز النشاط العقلى المعرفى - والثانى دراسات علم النفس المعرفى. وحين نتكلم عن النشاط المعرفى فنحن نتكلم عن كل ما يصدر عن الانسان من افعال ارادية بدءا من العمليات البسيطة ١ + ١ = ٢ إلى اتخاذ القرارات، فالنشاط المعرفى مظلة متعددة الأبعاد فليس هناك نشاط عقلى خالص وليس هناك نشاط وجدانى خالص، إنما

هناك نشاط معرفى عقلى ووجدانى - أما لماذا نتخذ النظرية المعرفية أساسا للدليل فلأن دراسات المخ الحديثة اكدت ان المخ ينمو ويضمر من خلال تفاعله مع البيئة. وان البيئة يمكن ان تنمى نشاط المخ او تثريه وتنعكس تنمية نشاط المخ على الوظائف المعرفية، وقد أثرت هذه الدراسات فى تغيير مفاهيم علماء النفس للذكاء كما سوف يرد بالتفصيل.

الضلع الثالث فى هذه الفلسفة نظرية النظم والتى تنظر لأى ظاهرة باعتبارها منظومة من مكونات تتفاعل فيما بينها وتؤثر فى بعضها البعض، وهذه المنظومة ككل تتفاعل مع غيرها من المنظومات وهكذا، إما لماذا نتخذ نظرية النظم كأساس للدليل، لاننا لا نستطيع ان نقدم خدمات للتلاميذ دون أن نتفاعل مع منظومة المدرسة، ومنظومة الاسرة ومنظومة المجتمع المباشر، ولا نستطيع ان نتعامل مع تلميذ بذاته إلا فى إطار المنظومات التى يتفاعل معها ولايمكن ان نخطط للتعليم دون أن نأخذ فى اعتبارنا مطالب العصر اوَ منظومة العصر.

فيما يلى نتناول البناء الفلسفى بشىء من التفصيل:

أولا: النظرية الانسانية

يقدم لنا مسلو مؤسس النظرية الانسانية مدرج أو هرم الحاجات التى يسعى الانسان ليحققها ، والتى تتدرج من الحاجة للبقاء وتشمل الحاجات العضوية التى تحافظ على حياة الانسان ثم تتدرج إلى الحاجة إلى الامن ثم الحاجة الى الحب ثم الحاجة الى التقدير ثم الحاجة الى تحقيق الذات، وهذا يعنى أن الانسان يسعى لتحقيق حاجاته من خلال تفاعله مع البيئة التى يعيش فيها وبقدر اشباع البيئة لهذه الحاجات او بقدر ما توفره من فرص لاشباع هذه الحاجات تكون بيئة ايجابية تيسر التقدم نحو تحقيق الذات، وبقدر ما تحرم الانسان من هذه الفرص بقدر ما تحرمه من التقدم لتحقيق الذات، لننقل هذه النظرية إلى حياة التلميذ فى المدرسة، فنقول بقدر ما تيسر المدرسة للتمليذ اشباع الحاجة للحب والأمن والتقدير بقدر ما تعده لتحقيق الذات ، وبقدر ما تحرمه من تلك الحاجات بقدر ما تعوقه عن تحقيق الذات. وهنا يجدر بنا أن نحول مفهوم تحقيق الذات إلى خصائص او مواصفات يسهل ملاحظتها وقياسها حتى تمكن الاخصائى النفسى من توظيفها

يمكن تحليل مفهوم الذات الى (١٣) عاملا او خاصية اشتقها ماسلو من دراساته العديدة

على عينات من الشخصيات ذات الانجازات الانسانية او المهنية. هذه الصفات تمثل نموذجا يتفاوت البشر قربا منه او بعدا عنه ونذكره فيما يلى :

* إدراك دقيق وشامل للواقع.

* تقبل الذات وتقبل الآخرين وتقبل الطبيعة .

* التلقائية - او التخفف من القيود.

* الإنشغال والتركيز على القضايا مقابل التركيز على البشر **مثال** : قدم شخص ما رأى سديد و قدم شخص نو سلطة رأى غير سديد. المحقق لذاته يهتم بالرأى وليس بصاحبه.

* العزلة الايجابية والخصوصية

مثال : شخص لديه أراء ذات قيمة لا يقبلها العامة

المحقق لذاته يستطيع ان يضحى برأى العامة ليحافظ على ارائه ذات القيمة.

* مقاومة الانسياق للضغوط الخارجية

شخص لديه رؤية تخالف رؤية الآخرين يتصرف تبعا لما يراه وليس تبعا لما يراه الآخرون.

* تجدد الادراك وتجدد العاطفة

شخص يرى فى زملائه او فى والديه او فى الطبيعة جوانب ايجابية جديدة.

* الاهتمام بالانسان دون التحيز للون او دين او جنس.

* اقامة علاقات اجتماعية ناضجة.

* الديمقراطية.

فيتيح الفرصة للغير كى يعبروا عن ارائهم او يشاركوا فى اتخاذ القرارات التى تهمهم .

* التفكير الابداعى

يأتى بأفكار جديدة ومفيدة.

* المرونة فى الأمور التى تتطلب التغيير دون المساس بالثوابت.

* تحقيق نجاحات فائقة فى اى مجال من مجالات الحياة.

هذه الأبعاد تتفاعل فيما بينها لتكون نموذج تحقيق الذات، وهو نموذج متجدد بمعنى أننا لا نستطيع ان نصنف البشر إلى فئتين محقق لذاته وغير محقق لذاته فهذا تعميم لا يقبله العلم، **أولاً:** لأن النموذج مركب من عدد كبير من الخصائص قد يتوفر بعضها فى شخص ما. وثانيا: أن هذه الابعاد او هذه الخصائص يمكن تنميتها فمن لديه قدر محدود من تقبل الذات يمكن من خلال برامج تدريب جيدة ان يصبح اكثر تقبلا لذاته. ومن هنا كانت اهمية نموذج تحقيق الذات كأساس فلسفى يبنى عليه الأخصائى.

ويمكن أن ندعو الاخصائى النفسى لخلق علاقة بين أهداف التعليم ومتطلباتها وابعاد تحقيق الذات. ويمكن أن ندعو الأخصائى النفسى للتساؤل عن مدى تحقيق بعض الممارسات التربوية لحاجات التلاميذ كما وردت فى مدرج ماسلو ، او كما وردت فى ابعاد تحقيق الذات .

ثانيا: النظرية المعرفيه

تشتمل النظرية المعرفيه الأساس الثانى لدليل الاخصائى النفسى ، وذلك أن أهداف التعليم لها متطلبات معرفيه وجدانيه اجتماعية تعظم دور التفكير وتعظم التعليم المستمر .

النظرية المعرفيه كما نقدمها لها رافدان الاول دراسات المخ والثانى علم النفس المعرفى - وقد اسهم التكامل بين هاذين الرافدين فى تغيير مفهوم العلم عن الذكاء والبناء المعرفى .. مما وضع التفسيون والتربويون فى مواجهه تحد سافر مؤداه :

إذا كان المخ نظام مفتوح قابل للنمو وقابل للتعديل الذاتى نتيجة للتفاعل الايجابى مع البيئة - فكيف يمكن للبيئة المدرسية أن تنشط المخ ليحقق إمكاناته إلى حدها الاقصى .

سوف نقدم فيما يلى بعض المفاهيم الاساسية للذكاء

* اسهامات دراسات المخ فى فهم الذكاء

* التحولات الكبرى فى تعريف الذكاء

* مفهوم حيز النمو الممكن

لماذا نقدم النظريه المعرفيه ونعتبرها أحد الأسس الفلسفية ؟ للخدمات النفسيه اذا رجعنا الى اهداف التعليم ومتطلباتها نجد أن تنمية معرفيه وجدانيه إنما تستمد جذورها من قابليه المخ للتشكل أو ما يطلق عليه - لاستيكية المخ من ناحيه ومن تجارب ودراسات علم النفس المعرفى التى أيدت نتائج بحوث المخ بما حققته من نتائج في مجال تنميه التفكير من ناحية أخرى - واذا كنا نرى أن تنميه الذكاء او التفكير الابداعى من مهام الاخصائى النفسى فلا بد لنا أن نزوده بالحقائق العلمية عن التفكير والذكاء ولا نكتفى بسرد بعض التدريبات أو الانشطة

أولا : دراسات المخ البشرى

الذكاء هو محصله التفاعل بين طاقات المخ وإمكاناته التى يولد الطفل مزوداً بها وبين البيئة التى يعيش فيها ، فبقدر تنشيط البيئة لهذه الطاقات تتاح الفرص لنمو الذكاء وبقدر تخاذل البيئة ، بقدر فرص التعبير عن الحرمان من تلك الطاقات . من الحقائق العلميه الثابته أن المخ هو جوهر الوجود الانسانى ، منه تبدأ الحياه وعنده تنتهى ، يقوم المخ بوظائف حيويه لحفظ حياه الانسان مثل التنفس والتغذيه والحركه .. الخ هذه الوظائف الحيوية يشترك فيها الإنسان مع باقى الكائنات الحيه كما أنه يقوم بوظائف عقلية وهى التى تمكن الانسان من القيام بوظائفه العقليه والانفعاليه والاجتماعيه التى تيسر التفاعل مع البيئة والتواؤم معها . وهذه الوظائف العقليه هى ما يميز الانسان عن باقى الكائنات الحية ، وهى التى نلخصها تحت مفهوم الذكاء .

ولذلك فقد أحدث التقدم العلمى الهائل فى دراسات المخ تقدماً عظيماً فى فهم الذكاء يجدر بنا أن نشير إليه باختصار :

إسهامات دراسات المخ فى فهم الذكاء

يتقدم العلم - أي علم - بالتفاعل بين التكنولوجيا والنظرية ، حيث إن التكنولوجيا تتيح للعلماء ملاحظة الظواهر المراد دراستها بصوره دقيقه ، ومن ثم تسمح لهم بتسجيل بيانات ومعلومات جديده يوظفها العلماء فى تطوير نظرياتهم العلمية ، ومن ثم تطوير ممارساتهم التطبيقيه ، ولنضرب مثالاً من التكنولوجيا التى تستخدم فى دراسه المخ والتى نعرفها ونسمع عنها كأداه لتشخيص الامراض التى تصيب المخ . من هذه التكنولوجيا نسمع عن الرسام الكهربائي

للمخ وهو يقوم بتسجيل نشاط الموجات الكهربائيه فى المخ ونسمع عن الاشعه المقطعيه وهى تسجل حاله خلايا المخ ، ونسمع عن الرنين المغناطيسى ويسجل أيضاً حاله خلايا المخ بأسلوب مختلف ، كل هذه الاجهزه الطبيه دخلت فى مفردات غير المتخصصين كأجهزه لها وظائف هامه فى البحوث الخاصه بتشخيص اضطرابات السلوك والتفكير ، والتى تعتبر دليلاً على اضطراب وظائف المخ (ليس فى كل أحوال اضطراب السلوك ، وانما فى بعضها) وقد ظهر حديثاً جهاز جديد يسجل نشاط المخ من خلال رصد كميات تدفق الدم الى المخ ، فمن المعروف أن الخلايا التى تقوم بنشاط ما تفقد طاقه اكبر من الخلايا التى لا تقوم بنشاط ولذلك فهى تحتاج للدم لتعويض الطاقه المفقوده ، فإذا سجل الجهاز موقع تدفق الدم اثناء قيام شخص ما بعمل معين ، فهذا يعنى أن العمل الذى يقوم به هذا الشخص ، وليكن قراءة لشعر مثلاً أو رؤية منظر مخيف أو الاجابه عن سؤال ما ، يحتاج إلى نشاط هذه المواقع ، ومن هذه التجارب والمشاهدات استطاع العلماء أن يكتشفوا بعض المعلومات الجديده عن العلاقه بين وظائف المخ والسلوك الانسانى . هذه الصوره المبسطه لا تعبر عن واقع الحال بدقه ، ولكنها تعطى تصوراً مبسطاً للعلاقه بين نشاط المخ وسلوك الانسان .

ولكي نزيد من توضيح العلاقة بين نشاط المخ والسلوك الانسانى سوف نذكر تجربة قامت بها ماريان دياموند - وهى عالمه فى مجال تشريح المخ المعمل استخدمت فى تجربتها فئران . حيث أحضرت مجموعة من الفئران وقسمتها الى ثلاث مجموعات متكافئه : المجموعه الاولى وضعتها تحت ظروف بيئية يتوفر فيها الحد الادنى من الغذاء والضوء والمساحة و المجموعة الثانيه وضعتها فى بيئه افضل من حيث العناصر الثلاثه - اما المجموعة الثالثه فوضعتها تحت ظروف بيئيه ثريه ويقصد بالبيئه الثريه تلك التى تتيح للفئران حريه الحركه ، وتوفر لهم ما يستثير حواسهم من ألعاب صغيره ، مثل الكور والسلالم وغيرها من المثيرات ، والتى كانت الباحثه تحرص على تغييرها كل يومين ، حتى تضمن تجدد البيئة بالنسبه الى الفئران .

لماذا تعتبر البيئة ذات المثيرات المتنوعه والمتجدده بيئه ثريه؟ دعونا نرى كيف تستجيب الفئران للمثيرات المتنوعه . المثير الجديد يجذب الانتباه ، أى يدعو المخ للنشاط ، للاكتشاف ، وللبحث عن أوجة الشبه والاختلاف بين هذا المثير الجديد والمثيرات التى سبق أن عرفها ، وهذا يتطلب أن يجرب اللعب بها بطرق تعودها أو بطرق جديده .. المهم هنا أن كل حركه وكل إحساس وكل انفعال يصدر عن الفأر هو المظهر السلوكى لما يقوم به المخ من نشاط ، وكلما نشط المخ كلما

تكونت بين خلاياه وصلات جديده تعبر عن الخبرات الجديدة .

لنتوقف ونتساءل ماذا نتوقع حين نقارن بين مجموعات الفئران الثلاثة فى الذكاء ؟ لكى تجيب الباحثة عن هذا السؤال وضعت الفئران من المجموعات الثلاثة فى متاهة ، والمتاهه عباره عن صندوق به باب للدخول واخر للخروج ، وبينهما طرق بعضها مفتوح ويؤدى إلى باب الخروج وبعضها مغلق لأيؤدى إلى باب الخروج وتستخدم المتهاه فى قياس ذكاء الفران .

هل نتوقع أن تتساوى الفئران فى الذكاء ؟ ما حدث فعلا أن الفئران في المجموعه الثالثة اجتازت المتاهه في وقت أقل وبأخطاء اقل وهذا دليل على أنها أكثر ذكاء من فئران المجموعتين الاخريين

ومن هذه النتيجة توصلت دياموند الى أن البيئة الثريه تنشط وظائف المخ ، وتنمى ذكاء الفئران . وهنا تقدمت الباحثه خطوة أكبر وأكثر خطوره ، واكتشفت حقيقه غيرت فهم الباحثين لتاثير البيئة على المخ والذكاء فقد قامت الباحثه بتشريح الفئران جميعاً ، لتجد أن مجموعه الفئران التى تعرضت للبيئة الثريه يختلف وزن المخ فيها ، وكذلك تختلف الوصلات العصبيه بدرجة كبيره بالمقارنه بمخ الفئران فى المجموعتين الاولى والثانية

وهذا دليل على أن البيئة الثريه تحدث تغييراً فى البناء التشريحى للمخ ، كما تحدث نمواً فى معدلات الذكاء .

وقد أفاد الباحثون من نتائج هذه التجربة فى مجال تنميه الذكاء لدى الاطفال فقاموا بالعديد من التجارب التى أيدت نتائج دياموند على عينات من مختلف الاعمار ، وتبين تجاحها فى رفع ذكاء هؤلاء الاطفال وتمكينهم من القيام بوظائف عقليه وانفعاليه واجتماعيه لم تكن متاحه لهم قبل التجربة .

لقد وضعت هذه التجار ب الاساس الذى بنى عليه العلماء مفاهيم جديده فى الذكاء وكلها تؤكد على قابليه المخ وقابليه الذكاء للنمو .

التحولات الكبرى فى فهم الذكاء

وسوف نركز فيما يلى على أربعه تغييرات اساسيه :

أولاً : ان الذكاء ليس قدره كليه ، بل هو مركب من عمليات متعددة ومتداخلة .

كيف نستفيد من هذه الحقيقه فى فهمنا للذكاء ؟ تحول مفهوم الذكاء من أنه قدره كليه إلى أنه مركب من عمليات متعدده أحدث تحولاً أساسياً فى فهم الباحثين للذكاء ، وفى تفسيرهم لما يحققه التلاميذ من نجاح أو فشل فيما يقومون به من أعمال

فالفهم الكلى للذكاء يفسر نجاح تلميذ وفشل أخر بأن هذا ذكي وذاك أقل ذكاء ، ويترتب على ذلك أن نعطى الذكي فرصا افضل أو ثقه اكبر أو مسئوليات اكبر ونتوقع منه نجاحات أكبر ، أما الآخر فيحرم من معظم هذه المزايا

أما النظر للذكاء باعتباره مركباً من عمليات متعدده يمكن ملاحظتها وقياسها ومن ثم تشخيص الفشل بضعف بعض العمليات اللازمه للنجاح لدى هذا التلميذ ويترتب على ذلك أن نساعده على تقويه العمليات الضعيفه ، وذلك من خلال إحاطته ببيئه ثريه تنشط الوظائف الخامله ، كما يمكن فى ضوء تشخيص أوجة القصور لديه أن نوجهه بعيداً عن المجالات التى يشترط للنجاح فيها ما يفتقده ونحو المجالات التى يستطيع النجاح فيها وفى جميع الاحوال فإننا نحمي التلميذ من إلصاق صفة ضعف الذكاء ، وهذا بالضبط ما يحدث فى المجال الطبى فحين يذهب المريض الى المعالج يشكو عرضاً معيناً فإن الطبيب لا يكتفى بالتشخيص لا يكتفى أن يقول للمريض إن قلبك ضغيف مثلاً ولكنه يتقدم لتشخيص ، العمليات المسئولة عن هذا الضعف حتى يعيد إليها كفائتها فى حدود الممكن . هل يعنى هذا ان كل التلاميذ متساوون فى الذكاء أو انه من الممكن عن طريق إحاطتهم بيئته ثرية أن يصبحوا متساوين ؟

بالقطع لا . فالفروق بين البشر حقيقه لا خلاف حولها ولكن كل طفل وكل راشد يمكن أن يحقق نموا فى الذكاء إذا أتيحت له بينه ثريه .

كيف يوظف الأخصائى هذه الحقيقه العلمية

١ - يمكن الربط بين هذه الحقيقه ومفهوم الذات

٢ - يمكن الربط بين هذه الحقيقه والتحصيل

٣ - يمكن الربط بين هذه الحقيقه والاتجاه الايجابى نحو الذات

اذا كان العلم قد استطاع أن يمدنا بالحقائق التى تساعدنا في تشخيص أوجة القصور ومعالجتها فكيف تطمئن ضمائرنا بإطلاق صفات كضعف الذكاء أو صعوبات التعلم او غيرها من الصفات قبل أن نبذل قصارى جهدنا لتشخيص وعلاج هذا القصور ؟

ثانياً : الذكاء ليس قدره عامه :

الذكاء ليس قدره عامة من يمتلكها ينجح فى كل شئ ولكن الادق أن الذكاء متعدد ، أو أنه ذكاوات متعدده ومن ثم فإن النجاح فى مجال ما لا يرتبط بالضروره بالنجاح فى جميع المجالات ، وكذلك فإن الفشل فى مجال ما لايعنى الفشل بالضروره فى جميع المجالات .

ترتبط هذه الفكره بالفكره السابقة وإن كانت تتناول الذكاء من منظور مختلف فكما سبق أن ذكرنا إن التقدم التكنولوجى والنظرى فى مجال دراسه المخ أتاح للعلماء فهم العمليات العقلية والوجدانيه المسئولة عن النجاح فى أداء المهام المختلفه كما أتاح لهم اكتشاف حقيقه هامه وهى أن الافراد يختلفون فيما بينهم فى أوجة القوه وأوجة القصور . وقد قدم هاواردجاردنر أحد العلماء البارزين فى مجال الذكاء نظريته التى استمد جذورها من دراسات المخ ، والتى تفيد أن هناك ثمانيه ذكاوات ، وان هذه الذكاوات منفصله بعضها عن بعض فالتميز فى احدها لا يترتبط بالتميز المطلق وعلى ذلك فإن الاطفال تتنوع جوانب القوه والضعف لديهم تبعاً لتنوع ما لديهم من ذكاوات وتبعاً لبناء المخ ونشاطه .

كيف يوظف الاخصائى هذه الحقيقه العلمية

١ - يمكن تطبيق مقياس الذكاء المتعدد على التلاميذ حتى يتبينوا اجوانب القوه والضعف لديهم

٢ - يمكن ربط النتيجة بالأنشطة الفعلية التي يفضلها التلاميذ ينجحوا فيها وتلك التى لاينجحون من الممكن أن يدعو الاخصائى المعلمين إلى ندوه يشرح فيها باختصار الذكاء المتعدد ، ويدعو بعض التلاميذ ليشاركوا بما اكتشفوه عن جوانب القوه والضعف لديهم . ويناقشوا كيف يمكن توظيف هذه الحقيقه العلميه داخل الفصل.

من حق التلميذ أن تتاح له الفرص التى تناسب جوانب القوه لديه وهذا يحتم تنوع اساليب التعليم والرعايه والمعاملة ، فكيف نقدم اسلوبا واحداً لتلاميذ يختلفون فيما لديهم

من طاقات اختلافاً نوعيا؟ إن فرض اسلوب واحد على جميع التلاميذ يدفعهم للانخراط فى مسار عام لا يتفق مع ما لديهم من إمكانات أو ذكاوات ، وهنا تظهر صعوبات التعلم ، وضعف الدافعية وغيرهما من المشكلات التى تلازم الطفل طوال حياته وتحرمه من حقه فى التعبير عن ذاته وحقه فى النجاح والتفوق

ثالثاً :تغيرت القيمه النسبيه فى معادله الوراثه والبيئة :

حيث أصبحت البيئه فى نظريات الذكاء الحديثة الأكثر فاعلية وتأثيراً . السؤال الهام الذى يطرح نفسه دائماً ما دور الوراثة وما دور البيئة فى تحديد الذكاء ؟ يولد الطفل ولديه إمكانات وطاقات وراثيه تعدلها وتنميها البيئه الثريه ، وتثبطها وتحجمها البيئه الخاملة

لقد اتاح العلم للباحثين برامج إثرائيه أى تثرى المخ وتنشطه وتنمى الذكاء وتفجر الطاقات العقليه والوجدانيه

ان العوامل البيولوجية تحدد إمكانات التلميذ وطاقاته اما العوامل البيئية فإنها تصل بهذه الإمكانات الى اقصى ما يمكن أن تحققه وبذلك فلدينا طاقه قابله للنمو ، وهذا ما يمثله الجانب البيولوجى ولدينا بيئه تنمى هذه الطاقه وهذا ما يمثله الجانب البيئ الذى يتزايد مع تقدم العلم ومصداقيته وفاعليته . ودعونا نأخذ نموذجاً من المجال الطبى الذى حسم كثيراً من القضايا سواء فى العلاج الجراحى أو غيره لصالح البيئه والتدخل البيئ فى معالجة أوجة شتى من القصور البيولوجى ويكفينا بحوث الهندسه الوراثيه دليلاً على ما يمكن أن تفعله البيئه .

كيف يوظف الأخصائى هذه الحقيقه العلميه ؟

١ - كيف يسهم الاخصائي النفسى كوسيط ، وكعضو فى المجتمع المدرسى فى إثراء البيئة المدرسيه ، وكيف يتعاون مع المعلمين الاخصائى والاجتماعى والمشرف الرياضى والاداره بأكملها تصبح المدرسه بيئة ثريه تنشط المخ وتنمى الذكاء ؟

٢ - كيف يمتد نشاط الاخصائى النفسى الى البيئة المحليه ليوظف الامكانات المتاحه بها فى اثراء البيئة المدرسيه .. عمل زيارات أو دعوه اخصائيين .. أو زياره معرض ...الخ

المعوقات

كيف يتغلب الاخصائي على المقومات التى تحول دون قيامه بعمله بكفاءه ؟

إن النظر الى الذكاء باعتباره قدراً ثابتاً وليس باعتباره طاقه قابله للنمو يحرم التلميذ والاسرة والمجتمع من ثروه بشرية لا تعوض ، الذكاء ينمو وعلى كل من يتحمل مسئولية الطفوله النشئ ان يواجة مسئوليته فى تنميه ذكائه وذكاء من يرعاهم من التلاميذ .

رابعاً : تغير مفهوم قياس الذكاء :

القياس بهدف تصنيف الاطفال الى مستويات يتحدد مستقبلهم على اساسها إلى تشخيص جوانب القوه والضعف بهدف العلاج والتنمية . لقد شاع مفهوم نسبه الذكاء وهو مفهوم تاريخى لهم يعد يصمد للمستجدات العلميه فنسبه الذكاء تقوم على ثبات الذكاء ومن ثم إمكانية تصنيف التلاميذ وهو الاساس الذى تغير على ضوء دراسات المخ .

وفى ضوء كل ما سبق ذكره من حقائق علمية تغير هدف القياس ، وتراجعت نسبه الذكاء لدى كثير من العلماء لقد انتشرت فى المجتمع العربى مؤخراً مراكز تقوم بقياس الذكاء وإصدار الأحكام على مستقبل التلاميذ ، إن أبسط حقوق التلميذ أن يتأكد الآباء من مصداقيه المقاييس المستخدمه ، ومصداقيه من يقومون بتطبيقها .

واتساقاً مع ما قدمناه ، وخاصة أن الذكاء مفهوم يدل على عمليات متعدده وأن مفهوم الذكاء الاحادى (الواحد) يتراجع أمام الذكاوات او الذكاءات المتعدده وان الذكاء ليس ثابتاً وليس جامداً وانما هو قابل للنمو وقابل للضمور ، فإن مقاييس الذكاء التى تكتفى بإعطاء درجة كليه أو نسبة ذكاء لا تساعد فى تشخيص جوانب القوه والضعف ومن ثم لا تساعد فى رسم خطه لإثراء وتنمية الذكاء اما المقاييس التى تتسق مع رؤيتنا فهى تلك التى تولى اهتمامها الاساسى بالعمليات العقليه التى من خلالها يتوصل التلميذ للإجابه سواء كانت إجابه صواب أو خطأ فمن تشخيص أوجة القوه والقصور فى تلك العمليات يمكن أن يوجه التلميذ الى ما يثرى ذكاءه وينمى طاقته .

إن الاكتفاء بدرجة كليه أو بنسبه ذكاء قد يفيد فى بعض الحالات الخاصة ولكنه لا يعطينا بيانات تساعدنا فى فهم ذكاء التلميذ والاجدى ان ونلجأ للمقاييس التى تساعدنا على تشخيص العمليات المعرفيه والوجدانية .

حيزالنموالممكن

الراصد لحركة التطور العلمى فى علم النفس يذكر ثلاث علماء غيروا موقع علم النفس على خريطة المعرفة هم فرويد وبياجيه وفيجوتسكى ، أما فرويد وبياجية فلا يوجد قسم من اقسام علم النفس لا يدرس نظريا تهما فى التحليل النفسى وعلم النفسى الارتقائى ، واما فيجوتسكى فلم يحظ بما هو أهل له من تقدير من المدرسة المصرية .

قدم فيجوتسكي مفهوم « حيزالنموالممكن » ليشير الى ان الانسان لديه طاقات وإمكانات لا يستخدمها ولا يوظفها الى حدها الاقصى وانه إذا تعرض لبيئه ثريه (كما سيرد تفصيلا) فسوف يتقدم بقدر استفادته من هذه البيئه الثريه – ويكون هذا التقدم لا على حيز النمو الممكن. وبعباره أخرى فإن حيز النمو الممكن هو الفرق بين اداء الفرد الفعلى وما يمكن أن يحققه اذا توفرت له البيئة المناسبه . ان الافراد يختلفون فى استفادتهم مما لديهم من إمكانات . والامكانات تعنى ما يمكن أن يتحقق وليس ما تحقق فعلا ، اى رصيد الفرد الذى لم يستجدمه بعد ومن هنا تكون مسئولية المدرسة أن توفر للتلاميذ البيئة المناسبه لتنميه هذه الامكانات لأقصى حدودها .

نحن نستخدم مفهوم حيز النمو الممكن دون أن ننتبة فكثيرا ما نسمع الاباء أو المعلمين يقولون ان فلانا يبذل كل ما فى وسعه أو ان فلانا لا يبذل كل ما فى وسعه ويشيرون هنا الى انه آذا بذل جهدا اكبر سوف يصل الى مستوى افضل لان ما في وسعه اكبر مما يظهر فى أدائه .

البيئه المناسبه عند فيجوتسكي تركز على وجود وسيط فالمعلم « وسيط » ينشط التفاعل بين التلميذ وبيئته ، والاخصائى النفسى وسيط ينشط التفاعل بين التلميذ وبيئته أيضا وسوف نناقش فيما بعد دور « الوسيط » فى تنشيط التفاعل وتحقيق حيز النمو الممكن .

لقد أسهم مفهوم « حيزالنموالممكن » فى حركة تنمية التفكير وكان احد الاسس الهامة لبرامج الاثراء ، ولذلك كان تقديمه ليتكامل مع المدخلين السابقين . دراسات المخ والتغييرات فى مفهوم الذكاء

تتلخص أهميه تقديم النظرية المعرفيه فى السئوالين الأتيين :

* لماذا يهتم الدليل بتقديم النظرية المعرفية كأساس نظرى لمهام الأخصائى النفسى ؟

* كيف يوظف الأحصائى النفسى المستجدات العلمية فى تنمية الوظائف المعرفيه والوجدانية والاجتماعية لتحقيق أهداف التعليم ؟

نظرية النظم

ذكرنا أن نظرية النظم تتركز على مفهوم التفاعل والاعتماد المتبادل بين مكونات أى منظومه - وسنبدأ بالتليمذ نفسه كمنظومه : صحته الجسمية تؤثر فى قدرته على التعلم وفى تفاعله مع أقرانه ، وفى استمتاعه بالرياضة ، وفى قدرته على التنافس مع أقرانه فى بعض الأنشطة أو الالعاب ، وكل هذا ينعكس على تقديره لنفسه وثقته فى نفسه وشعوره بالتفاؤل فى المستقبل ، وكل هذا ينعكس على طموحه ومثابرته وشجاعته فى المناقشة وطرح الاسئلة وتنعكس بالتالى على احترام المعلم له وما قد يثيره هذا الاحترام من احترام زملائه .

ولان هذه العوامل المتشابكه يعتمد بعضها على بعض ويؤثر بعضها على بعض فقد يؤدى التأثير فى احداها على التأثير فى النظام كله ، فقد تؤدى مساعده التلميذ على تكوين صداقات فى المدرسه الى تراجع سلوكه العدوانى ، أو إلى تحسن ادائه المدرسى - مثل هذه النظره المنظوميه تدعو الأخصائى النفسى للبحث ليس عن العلاقات المباشره فقط وإنما العلاقات البيعده - وهذا البحث هام فى كل واجباته المهنية .

مثال آخر: لتطبيق نظريه النظم فى مجال التعليم بصفه عامه والخدمات النفسيه بصفه خاصه ويرتبط بالتأمل فى العلاقة الشبكية (أى المتعددة والمتداخلة مثل الشبكة) بين نظام التعليم والأمن القومى - وهو ليس شعاراً أنما هو تحدى حقيقى يتطلب منا تحليله والتأمل فيه واتخاذ القرارات المناسبه بشأنه .

المدخل المنظومى يدعو للتفكير المركب ويتطلب التأمل وإدراك العلاقات البعيدة ، عند دراسة موقف ما ، أو اتخاذ قرار ما ، كيف يوظف الاخصائى النفسى المدخل المنظومى ليعمق العلاقة بين التعليم والأمن القومى - ليس بين التلاميذ فقط ولكن بين الأطراف المعنية داخل المدرسة وخارجها - وكيف يتعاون مع الفريق التربوى والأسرة لتحويل المبدأ إلى ممارسات يومية بسيطة قابلة للتنفيذ وفى نفس الوقت عميقة التأثير .

ثالثا التوجة الإيجابى فى علم النفس

اشرنا فى المقدمة إلى أن هذا الدليل يتبنى الفلسفة الايجابيه فى علم النفس « والتى تركز على الجانب الانمائى والوقائى فى الشخصية كأساس للممارسة المهنية وهى بهذا تهدف إلى التحكم فى منع حدوث الانحرافات والمشكلات قبل وقوعها – ويقترب هذا الهدف من المفاهيم الطبية برفع المناعه أو التطعيم بالامصال وقايه للبشر من الاصابه بالمرض ، وهذا لا يتعارض مع الدور الهام الذى يلعبه علم النفسى العلاجى وعلم النفس الارشادى فى معالجة الانحرافات والمشكلات النفسيه

وقد أكتسب الأتجاه الايجابى مصداقيته نتيجة لعوامل متعدده نذكر ما نراه أهمها :

أولا : لقد أتاح التقدم العلمى فى فروع علم النفس وفروع العلم وثيقه الصله به و مع تقدم تكنولوجيا دراسه المخ والجهاز العصبى أتاح التقدم العلمى حقائق علميه تمكن المتخصصين من فهم اسبا بالظواهر بصوره أفضل مما يتيح لهم التنبؤ بها قبل حدوثها ، والتحكم فيها بدرجة أفضل – وهذا هو لب البحث العلمى – وقد وظف الباحثون فى مجال علم النفس بالاستعانه بالعلوم الوثيقه الصله به كبعض فروع الطب العصبي والعلوم التربوية والاجتماعيه فى بناء برامج تنموية ووقائيه يجرى تطبيقها فى المدارس كجزء متمم للمقررات المدرسية كما سيرد تفصيلا :

ثانيا : ارتبط التنافس العالمى فى عصر المعلومات بسعى الدول نحو استخدام طاقات البشر إلى اقصى حدودها ، وظهرت الاتجاهات العاليه نحو تمكين البشر من التميز ، وظهرت لا نقول شعارات انما سياسات حقيقيه قلبت موازين التعليم وسياساته لتحوله من فلسفة السكون السلوكية إلى فلسفة التجديد المعرفيه وأساسها أن الثروه الحقيقيه فى البشر وأن الاستثمار الحقيقى فى التعليم .

من هنا تعاظم دور علم النفس الايجابى الذى يركز دراساته وممارساته على تنميه الثروه البشريه وعلى تدريب التلاميذ على التفكير المنتج ، وتدريبهم على الابداع وتدريبهم على مهارات التفاعل الاجتماعى وتدريبهم على تنميه دوافع الاتقان والتميز

ومن أجل ترسيخ هذه الفلسفه وما يتفرع منها من ممارسات انشئت مراكز البحوث المتخصصه في تنمية البشر ، وصممت البرامج الانمائيه فى شتى جوانب الشخصيه ، هذا هو

الدور الذى يعد له الاخصائى النفسى .. ليقوم بدوره كعضو فى الفريق المدرسى من أجل تحقيق التميز لجميع التلاميذ كل بقدر إمكاناته فالتميز له معيار شخصى ومعيار مطلق ، المعيار الشخصى يتحقق بأن يصل التلميذ لأقصى ما تسمح به امكاناته هو . اما المعيار المطلق فيتحقق حين تسمح له امكاناته لتحقيق مطالب عالميه أو قومية وكلاهما تميز نسعى لتحقيقه .

ثالثا : العامل الثالث وراء فلسفه علم النفس الإيجابى ما يثيره أيقاع الحياة السريع من ضغوط يومية بعضها إيجابى وبعضها سلبى وجميعها يستنفد طاقه البشر. من أمثلة الضغوط اليوميه الايجابيه ، التنافس من أجل النجاح الطموح الذى يتطلب بذل مزيد من الجهد ومن امثله الضغوط السلبيه ازدحام المواصلات وعدم الالتزام بالمواعيد ..

هذه الضغوط لم تكن ضمن دائره اهتمام العلم حتى وقت قريب ، باعتبارها تحدث فى أمور يعتادها الانسان وتصبح جزءا من حياته ، ولانها لا تترك اثرا شديدا ومباشرا مثل الاحداث الكبرى .. إلا أن البحوث الحديثه اشارت الي خطوره الضغوط اليوميه وما تثيره من توتر حيث انها ذات اثر تراكمى ، هذا من ناحيه ومن ناحية اخرى فإن الانسان لا ينتبه إليها فتتسرب إلى بنائه النفسى وتتسبب فى مشكلات يصعب على صاحبها أن يفسرها أو يعرف اسبابها الحقيقيه ولكنه يعانى من نتائجها .

ويسعى علم النفس الايجابى من خلال تنميه الوعى النفسى او الثقافه النفسيه ان يساعد الإنسان على أن ينتبه أو يدرك هذه الضغوط وكما يساعده على توظيف الاستراتيجيات المناسبة للحد من تاثيرها السلبى .

رابعا : العامل الرابع وراء فلسفه علم النفس الايجابى ما تشير إليه الاحصائيات العالمية والمحلية الى ارتفاع مؤشرات بعض الجرائم والمخالفات القانونيه ، وكذلك بعض المؤشرات السلبيه فى المجتمع - فقد اهتمت كثير من الدول بدراسه ورصد المؤشرات السلبية ، وقامت بوضع قوائم لهذه المؤشرات تنظمين مظاهر الانحراف المختلفه كالادمان و الرشوه و ارتفاع معدل الطلاق وارتفاع معدلات حوادث الطرق ، وارتفاع معدلات التهرب الضريبى وغيرها . ويلاحظ أن جميع هذه المظاهر تشير الى سوء تقدير أو خلل فى اتخاذ القرار يؤدى الى نتائج ضاره بالفرد

وبالمجتمع .

ويحمل الباحثون هذه المظاهر تمت مظله « التلوث الثقافى أو السمية الثقافية » حيث انها مظاهر تهدد المجتمع وتتطلب التشخيص المواجهة من جميع موسسات المجتمع .

ويهمنا فى هذا الشأن العلاقة بين هذه المشكلات و علم النفس الايجابى ، فقد اصدرت الجمعيه الامريكيه لعلم النفس ، وهى اكبر جميعات علم النفس فى العالم تقريرا ربطت فيه بين غياب الثقافه او التوعيه النفسيه وبين مظاهر الانحراف او التلوث الثقافى ودعت الى نشر علم النفس الايجابى لتنميه مهارات البشر فى فهم انفسهم وغيرهم وتدريبهم على استرايجيات حل المشكلات واتخاذ القرارات وفض المنازعات وغيرها من الاستراتيجيات التى يقوم بها الانسان بتلقائيه قد تورطه فى مشكلات متعدده .

هذه بعض العوامل وراء علم النفس الايجابى الذى يهدف الى نشر الوعى النفسي ونشر الثقافه النفسيه اسوه بمجالات الحياه الأخري ، فنحن نتقبل بل ونتحمس لنشر الثقافه الصحيه او الثقافه العلميه او القانونيه .. وهى المعارف والمهارات التى يحتاجها الانسان العادى أى غير المتخصص لتدبير شئون حياته بدرجة أعلى من الكفاءه .

الاصل فى علم النفس الايجابى وتحقيق النمو والاستقلال للفرد ، أما النمو فبتحقيق تنميه معرفته ببنائه النفسى وتدريبه على الاستراتجيات الاساسية كما سبق ، أما الاستقلال فيأتى من تمكين الانسان من مساعدة نفسه . وهنا يجدر بنا أن نذكر أن مساعدة الذات أو مساعدة الانسان لنفسه اتجاه علمى عالمى يسعى لتحقيق استقلالية الفرد وحفاظه على خصوصيته ووقته وماله من خلال تدريبه على حل مشكلاته . ومساعدة الذات مدخل هام فى الخدمات النفسيه ، وهى نتيجة طبيعيه لما يتعرض له الانسان فى المجتمع من ضغوط ايجابيه او سلبيه يوميه ، او من مشكلات حقيقيه نتيجة لحركة التغير السريع فى المجتمع ونتيجة لانتشار اعراض التلوث الثقافى فى هذا الاطار تصبح مسئولية المجتمع تمكين الانسان من استراتجيات حل مشكلاته ومراجهة تحدياته - ولأن المدرسه اكثر المؤسسات انتشارا

الاخصائى النفسى كوسيط

الاخصائى النفسى وسيطا بتكامل دوره مع دور المعلم حتى يتحقق للتلميذ حاجاته فى النمو ... إذا كان المعلم وسيطا من خلال تقديمه المقررات . فإن الاخصائى النفسى وسيط من خلال مساعده التلميذ على خلق معنى لذاته ولعلاقاته بغيره ولبيئته وللمجتمع الانساني .. من خلال خلق معنى لمقومات بنائه النفسى .

نقف عند مفهوم « الوسيط » وهو مفهوم شائع يحتاج منا تحليلا ، فهو دور مهنى له اساسه النظرى وله ممارسته المقننه .. وهو وليد لمفهوم حيز النمو الممكن حيث يدعى مفهوم « حيز النمو الممكن » تنمية إمكانات التلميذ من خلال البيئه التى يتوفر فيها وجود وسيط ينشط التفاعل بين هذا التلميذ وبيئته -- ولا تكتمل الصوره إلا بتحديد مقومات دور الوسيط والتى تعتبر معايير توجه أدائه و تمكنه من مراجعته وتحسينه وقد وضع فيرشتين هذه المعايير واستخدامها فى بحوثه ودراساته وحقظيت بتدعيم علمى على اساس ما حققته من نتائج ايجابيه فى تنميه امكانات التلاميذ المعرفيه والوجدانيه والاجتماعيه ولذلك فسوف نعرضها فيما يلى ونعتبرها في مرحله وسط بين الاصول النظرية إلممارسات اليومية :

عشرة مبادئ يهتدى بها الوسط

أولا : الوسيط لديه قصد واضح ، وهو قصد متبادل بينه وبين التلاميذ : يبدأ التفاعل بتوجيه من الاخصـــائى (الوسيط) نحو قصد محدد ، فاذا كان يقصد تركيز اهتمام وانتباه التلميذ نحو دوافعه فلابد أن يعلن هذا ، ويعمل على كسب انتباه واهتمام التلاميذ . ويتأكد من ملاحظته لسلوك التلاميذ أنهم يشاركونه أو يبادلونه هذا القصد وهذا الاهتمام . وبدون هذين المبدأين لا يتحقق التواصل ولا يتحقق التفاعل .

ثانيا : أن يكون موضوع التفاعل ذا معنى لدى التلاميذ : يسعى المخ إلى اكساب الخبرات معنى ، والمعنى هو خلق علاقة بين الخبرة الجديدة وخبرات ذات قيمة لدى التلاميذ مثل قيمهم واتجاهاتهم. فحين يطرح الاخصائى النفسى موضوعا مثل الذكاء ، فلابد له من مساعدة التلاميذ على خلق معنى لقيمةا لذكاء من خلال ربط الذكاء باحترام الذات ، أو بالقيم الايجابية . وبدون خلق معنى تفقد الخبرة ويفقد التفاعل قيمته .

ثالثا : تجاوز حدود المدرسة إلى مجالات الحياة العامة يهدف أى تعلم وأى تنمية إلى نقل ما يتم اكتسابه داخل الفصل أو داخل المدرسة إلى مجالات الحياة المختلفة ، وبدون هذا النقل

تصبح نتائج التعلم عقيمة ومحدودة . فإذا كان الاخصائى يناقش قضية هامة مثل التفاعل الاجتماعى واقتصر فى النقاش على التفاعل بين الكبار والصغار - أو التفاعل الاجتماعى داخل المدرسة ، فانه لا يساعد التلاميذ على الاستفادة من مهارات التفاعل الاجتماعى فى مجالات الحياة الأخرى ، والأصل فى هذا البعد أن يرسخ الوسيط الاستراتيجيات العامة والمهارات العامة التى يوظفها التلاميذ كل حسب حاجاته فى مجالات الحياة المختلفة .

هذه المبادئ الثلاثة هى الأعمدة التى بدونها لا ينجح الوسيط فى تنشيط التفاعل بين التلاميذ وما يقدمه لهم من خبرات . أما المبادئ السبع الآتية فله ان يختار منها ما يناسب بناء الموقف وحاجات التلاميذ .

رابعاً : الكفاءة :

يراعى الاخصائى النفسى اثناء قيامه بمهامه المهنية اتاحة الفرصة للتلاميذ للشعور بالكفاءة ، وذلك من خلال دعوتهم للوعى بانجازاتهم ، ومن خلال تدعيمهم فى مواجهة مواقف جديدة تتحدى امكاناتهم ، وفى نفس الوقت لا تتجاوز ما يستطيعون القيام به .

خامساً : التنظيم الذاتى للسلوك :

يساعد الاخصائى النفسى التلاميذ على تنمية استراتيجية التحكم الذاتى أو التنظيم الذاتى، ومثال لذلك ان يمتنع التلميذ عن سلوك معين ليس خوفا من سلطة خارجية أو رقابة خارجية وإنما ، لأنه قادر على التحكم فى ذاته وقادر على مراقبة نفسه . ومن أهم ما يتعلمه التلميذ تحقيقا لهذا المبدأ التأمل فى نتائج سلوكه - ووضع الخطط قبل الاندفاع فى التصرف .

سادساً : المشاركة :

يتيح الاخصائى النفسى للتلاميذ فرص العمل فى مجموعات يسودها التعاون والفائدة المتبادلة ، وهى أهم صور المشاركة - حيث تتيح المشاركة للتلاميذ أن يتعرفوا على خبرات جديدة ، وأساليب جديدة فى التفكير ، يتعلموا الاستماع ، يتعلموا احترام الاختلاف ، يتعلموا التنازل عن رأى خاطئ وكلها مهارات يؤكدها الوسيط من خلال المشاركة الفعلية .

سابعاً : تأكيد فردية كل تلميذ

فى نفس الوقت الذى يشجع فيه الاخصائى (الوسيط) التعاون ، يشجع احترام الخصوصية ، فكل تلميذ عالم مستقل وفريد ، له حقه فى التفكير المستقل بما لا يتعارض مع مصالح الجماعة .

ثامناً : وضع هدف ، وضع خطة ، تنفيذ الخطة

يساعد الاخصائى النفسى التلاميذ أن يستمدوا من كل موضوع للمناقشة ، أو قضية للحوار هدفا خاصا بهم .. مثال لذلك اذا كانت المناقشة حول دافعية الانجاز .. فإن الاخصائى

يشجع التلاميذ على أن يضع كل تلميذ هدفا شخصيا ويضع خطة لتحقيقه وتنفيذه . هذه الممارسة تحول الخبرة العامة إلى خبرة شخصية . مثال لذلك حين يناقش الاخصائى موضوع كتعاون الابناء فى تحمل مسئوليات الأسرة . لا يتحول هذا الموضوع إلى خبرة شخصية إلا اذا وضع التلميذ لنفسه هدفا يحقق من خلاله التعاون مع الأسرة ، ووضع خطة لتحقيق الهدف وقام بتنفيذها فعلا .

تاسعا : التحدى والبحث عن الجديد

من مبادئ التعلم من خلال وسيط تدريب التلاميذ على مواجهة مواقف جديدة ، بمعنى أنها لم تمر بخبراتهم من قبل ، هذا التدريب يعد التلاميذ للواقع المتغير ، ويعدهم لمواجهة التحديات وإتخاذ المخاطرة المحسوبة .

عاشرا : تغيير الذات

على ضوء الأسس النظرية الانسانية المعرفية المنظومية تكون احد مسلمات الخدمة النفسية أن الانسان قادر على تغيير ذاته إذا توفرت لديه البيئة المناسبة ، وهذا البعد أساسى فى حياة التلميذ ،فهو يشجعه على التفاؤل ، وعلى أنه يستطيع أن يرفع كفاءة ادائه ، ويستطيع أن يقلع عن بعض العادات التى لا يرضى عنها ، وغير ذلك مما يشعر التلاميذ بأنهم يملكون زمام حياتهم .

هذه الأبعاد العشرة تمثل إطارا يوظفه الأخصائى عند القيام بمهامه المهنية سواء كانت فى التوعية أو الارشاد أو اعداد البرامج ، فالابعاد العشرة أبعاد عامة . ولابد أن نؤكد أنها تكون منظومة متكاملة - تتفاعل فيما بينها من ناحية ، وتتفاعل مع غيرها من ناحية أخرى ، وتشير نتائج البحوث التى اجريت لاختبار فاعلية هذه المبادئ إلى مصداقيتها فى تحقيق تنمية البناء المعرفى والوجدانى والاجتماعى .

رابعا : مهام الأخصائى النفسى

بعد مناقشة أهداف التعليم ، وما تتطلبه من مهارات معرفيه وجدانية إجتماعيه - وبعد مناقشة الاساس النظريه ماهو المداخل التى يمكن من خلالها تحقيق هذه الأهداف ، ننتقل إلى الجانب التطبيقى والذى يتمثل فى مناقشة مهام الأخصائى النفسى باعتبارها ترجمه إجرائيه لهذه الاسس النظريه اخذين فى الاعتبار أن هناك ثوابت تبنى عليها مهام الاخصائى النفسى تلخص فيما يلى :

أولا : الأهداف العامه للنظام التعلمى

ثانيا : الاسس الفلسفيه التى تم طرحها

ثالثا : حاجات التلاميذ المتنوعه والمتغيره والمتجددة

رابعا : المستجدات العلميه في مجال الخدمات النفسية

خامسا : الاخصائي النفسي كعضو فى الفريق التربوى

نقدم لمهام الأخصائى النفسى بالتاكيد على مكانه علم النفس الحديث فقد بلغت فروعه ٥٢ فرعا لكل منها مجال بحثى متخصص ، ولكل منها، أدوات و منشورات علميه واقسام أكاديميه ومراكز بحثيه - وهذا يعنى أن الاخصائى النفسى يستمد مفاهيه وأدواته وممارسانه من ثرات ثرى يتجدد فى ضوء متطلبات العصر، كما يعنى أن علم النفس يتناول جوانب حياه البشر فى تنوعها وثرائها وأقدرها علماً ، وأقواها تاثير فانها تتحمل العبء الأكبر أو المسئوليه الأكبر فى توفير هذا الجانب التربوى للتلاميذ وهذا ما يسعى هذا الدليل للمشاركة فى تحقيقه .

هل يعنى هذا أن يتوقف ظهور المشكلات والانحرافات ، أو ان ينسحب علم النفس من ادواره الارشاديه والعلاجيه وقطعا ليس هذا ما نقصده ، وإنما نقصد أن يتحول الفكر السائد عن علم النفس من اعتباره العلم الذى يركز على علاج الانحراف إلى اعتباره العلم الذى يركز على تنمية الشخصيه ، وفى ذات الوقت ومن نفس المنطلق يعالج انحرافاتها ومشكلاتها ، والذى يهدف إلى تاكيد الكفاءه الشخصيه والمجتمعيه وتراجع مظاهر الانحراف .

من هذه المقدمه نطرح التساؤل التالى :

ما هى المهام التى يقوم بها الأخصائى النفسى ليترجم هذه الرؤية النظرية الى ممارسات يوميه تسهم فى تحقيق أهداف التعليم؟

نعود الى ما طرحناه عن فلسفة التعليم التجديدى ، واعتبار التغيير من ثوابت العملية التعليمية وكذلك ما طرحناه من أن البناء المعرفى بناء مفتوح قابل للتنمية ، وأن كل تلميذ لديه امكانات تفوق أدائه الفعلى ، وانه قادر بصورة ما على تحقيق ذاته ، وان كل تلميذ منظومه فريدة لا تتكرر وفى نفس الوقت هناك ما يجمع ويوحد بين كل التلاميذ، يترتب على هذه المعطيات أن تتنوع مهام الأخصائى النفسى إعمالا بمدأ تكافؤ الفرص وتحقيق التميز للجميع من هنا يمكن إجمال مهام الأخصائى النفسى فيما يلى :

* مهام الأخصائى النفسى النمائيه أى تنمية الشخصيه
* مهام الأخصائى النفسى الوقائية .. أى تلك التى تساعد التلاميذ على تجنب مصادر

الانحراف والاضطراب .

* مهام الاخصائى النفسى التشخيصية أى تلك التى تساعد علي تشخيص أوجه القوه واوجه القصور فى الشخصية
* مـهام الاخصائي النفسى الارشاديه أى تلك التى تتناول المشكلات النفسيه ، تتنوع هذه المهام بتنوع المشكلة وشدتها
* مهام الاخصائى النفسى فى اكتشاف ذوى الحاجات الخاصة الايجابية او السلبيه ، ويتمثل الاولى فى اكتشاف الموهبه والتميز ويتمثل الثانيه فى اكتشاف السلوك المشكل
* مهام الاخصائى النفسى التعليمية والمهنية والتى تساعد التلميذ على التعرف على امكاناته المعرفيه والوجدانيه والاجتماعية التى تساعده على بناء رؤيه لمستقبله التعليمى والمهنى بدءا من حاضره التعليمى واستهدافا للمستقبل المهنى
* مهام الاخصائى النفسي كباحث

قبل أن نتقدم فى مناقشة هذه المهام نتوقف لندعو القارئ لمانقشة التساؤلات الاتيه :

* هل تتاح للاخصائى النفسى المقومات المختلفة التى تمكنه من القيام بهذه المهام على الوجة الاكمل ؟
* هل تمثل هذه المهام واجبات الاخصائى النفسي الذى عليه القيام بها جميعا ؟
* ما مدى حاجة الاخصائى النفسى للتعلم المستمر حتى يساير التقدم العلمى ويتمكن من القيام بهذه المهام أو بعضها بكفاءة
* هل لدى الاخصائي النفسى أهداف التعليم العامه ، ثم أهداف الخدمة النفسية كعضو فى نظام التعليم ؟
* هل لدى الاخصائى مصادر لتنميه مهاراته وتطوير خبراته ؟
* هل تتوفر للاخصائى النفسى هيئة علمية استشارية يلجأ إليها عندما يحتاج للمناقشة او الاستزادة من موضوع ما ؟
* كيف يقرر الاخصائى النفسي أولوياته فى القيام بهذه المهام
* كيف يتعاون الاخصائى النفسى مع اعضاء النظام التربوى من معلمين واخصائين اجتماعين وإداره داخل المدرسه فى القيام بهذه المهام ؟
* كيف يتعاون الاخصائى النفسى مع المجتمع المباشر خارج المدرسة فى القيام بهذه المهام
* ما مدى حريه واستقلاليه الاخصائى النفسى فى وضع وتنفيذ خطه للخدمات النفسيه على اساس حاجات التلاميذ فى مدرسته بالذات ؟

* كيف يضع الاخصائى النفسى خطة تنبع من حا جات التلاميذ وتهدف الى تحقيق الاهداف التربويه العامه وتوثق علاقتهم بقيم المجتمع وثوابته ؟
* كيف يضع الاخصائى النفسى خطه تنبع من حاجات التلاميذ وتوثق علاقتهم بالاحداث الجارية فى المجتمع المحلى والعالمى ؟
* كيف يحدد الاخصائى النفسى العوامل أو المصادر التى تيسر له القيام بمهامه ليوظفها ؟
* كيف يحدد العوامل أو المصادر التى تعوقه عن القيام بمهامه فيواجهها ؟

تهدف هذه التساؤلات مشاركة الاخصائى فى تأمل الاطا ر الذى يتم فيه انجاز المهام فبعض هذه التساؤلات له اجابات ، وبعضها يحتاج الى اجابات ، وقد يكون من المفيد أن يناقش الاخصائى إجاباته مع زملائه من الاخصائيين ، وكذلك من زملائه من خارج التخصص وفى كل الاحوال فإن هذه التساؤلات تهدف الى تعميق وعى الاخصائى النفسي بالمنظومة الخاصه بمهامه ، والتركيز على جوانبها المختلفه تمهيدا للتقدم فى اجزاء الدليل .

فى تساؤل عام كيف يضع الاخصائى النفسى خطة علمية تستمد جذورها من نظريه النظم وتوظف النظرية المعرفيه وتهدف الى تمكين التلاميذ من تحقيق الذات

إجابه هذا السؤال هو موضوع الدليل

وبندأها ببناء رؤية عريضة وشاملة المهام الاخصائى النفسي ، هذه الرؤية تيسر له وضع اهدافه وتصميم خططه واختيار ادواته وتقييم النتائج التى يحققها لتساعده فى تعديل مساره - ويقابل هذا المدخل مدخل تحديد المهام في واجبات تقيد الاخصائى داخل حدودها وتحوله الى وسيط تنفيذى .

قد يكون هذا المدخل الاخير إقتصادى بمعنى أنه لا يتطلب من الاخصائى أن يقوم بجهد كبير فى الاعداد لواجباته ولكنه يضع مهام الاخصائى النفسى فى قالب محدود لا يتناسب مع الحاجات المتمدده للتلاميذ من ناحيه ، ولا يدعو الاخصائى للبحث والتجديد وتحمل المسئوليه والسعى للانجاز المتميز .

ولذلك فإن هذا الدليل يكتفى بوضع نماذج مرنه على اسس نظرية سليمة وتتضمن فى نفس الوقت نماذج من الخطط وادوات التشخيص والتقييم بما يتيح للاخصائى النفسي استخدامها تبعا لامكاناته وحاجات البيئة المدرسية التي يعمل بها .

برغم اننا نقدم مهام الاخصائى منفصله إلا أن هذا الفصل مصطنع فمهام الاخصائى حلقات فى نظام واحد أو فى سلسله واحده،تتكامل فيما بينها من ناحية وتتنوع فى هذا التكامل بما يحقق حاجات الموقف .

أولا : مهام الاخصائي في التنميه الشخصية

على ضوء ما سبق طرحه عن علم النفس الإيجابى بمكن أن نضع إطار المهام الانمائية من خلال مفهوم التوعية النفسية او التربية النفسية (أوالسيكولوجية) أو اعرف نفسك » او الثقافة النفسية .. وكلها تدور حول تعليم التلاميذ الحقائق العلمية عن البناء النفسي و المفاهيم الكبرى فى علم النفس مثل الذكاء وما يرتبط به من قضايا خلافية .. كدور الوراثة والبيئة هل هو ثابت أم قابل للنمو .. هل هو ذكاء واحد يوجد أو لايوجد ام أنه عده ذكاءات - هلى الذكاء يرتبط بالتحصيل ... ما هى العوامل التى تساعد التلميذ عن تنمية ذكاءه واذا كان الذكاء نموذج للبناء المعرفى فإن الدوافع نموذج للبناء الوجدانى .. ما هى الدافعيه وكيف تتكون الدوافع وكيف تؤثر فى تفكيرنا ووجداننا وسلوكنا ما هى المهارات الاجتماعية ... وكيف نتواصل مع الاقارب والاصدقاء

إن فهم التلميذ لبناء شخصيته هو الخطوة الأولى نحو تقبلها .. وتعديلها وتنميتها أن معرفته بنفسه تتيح له أن يقترب من نموذج تحقيق ذاته بقدر ما لديه من امكانات فيشجع جوانب القوه لديه .. ويتقبل جوانب الضعف البشرى مما يساعده على صياغه أهدافه والتخطيط و لتحقيقها يساعده على أن يتفهم الفشل ويواجهه

إن التوعيه النفسية او التربية النفسية عملية بناء مثل التربية القومية والتربية العلمية والتربية الصحية فهى ترسيخ للمفاهيم الكبرى فى المجال بما يتيح للتلاميذ فهم الحقائق العلميه وتوظيفها فى حياتهم اليومية من خلال الادوار الاجتماعية التى يقومون بها هذا هو الدور الاساسى للاخصائى النفسى من منطلق علم النفس الايجابى الذى يتكامل مع باقى الادوار .

هذا الفهم أو هذا الوعى هو الخطوة الاولى او الاساس الذى يبنى عليه الاخصائى والتلميذ استراتيجيات تنظيم الذات أو تعديل الذات وتحليل السلوك فى ضوء المعطيات الجديدة فحين نقدم للتلاميذ مفهوم مظلى مثل مفهوم تحقيق الذات باسلوب رصين يجمع بين دقة العلم ويسر التطبيق ونعلمه كيف يلاحظ سلوكه باستخدام مكونات تحقيق الذات ، ونعلمه كيف يعدل سلوكه ليقترب من تحقيق الذات فأننا نتوقع منه ان يستخدم المفاهيم التى اكتسبها ليقيم من خلالها أدائه .. ويرفع بتوظيفها كفاءته .. ولأن طبيعه الامر تجمع دائما بين الايجابى والسلبى فإن هذه المعرفه تساعد التلميذ على اكتشاف الجوانب السلبيه فى بنائه الشخصى وتدعم الجوانب الايجابية

لقد توصل العلم الحديث من خلال دراسات عديده إلى تحديد العمليات المعرفيه والوجدانية والاجتماعية التى ترتبط بالأداء الناجح في شتى نواحى الحياة حقيقته نحن لا ندعى أنها كامله أو مطلقه ولكنها ذات اساس نظرى دقيق وذات ، مصداقيه تطبيقيه كبيرة ويكفى أن نذكر أن هناك مراكز بحوث متخصصة واقسام أكاديميه متخصصه اسهمت فى ينشر البحوث التى استخدمت

هذه الاستراتيجيات لتدريب التلاميذ وغيرهم من مختلف الاعمار والظروف الاجتماعية والاقتصادية وتوصلت لنتائج تفيد بل وتؤكد ان التوعية النفسية للتلاميذ وتدريبهم على الاستراتيجيات المعرفية الوجدانية الاجتماعية تؤدي الى تنمية الشخصية وتنعكس هذه التنمية في التحصيل المدرسي والعلاقات الاجتماعية والانجاز بصوره عامه وما يترتب على ذلك من انخفاض معدل الانحرافات والمشكلات السلوكية والنفسية وسوف تقدم فى الجزء الثانى من الدليل نماذج لتقديم التربيه النفسية (السيكولوجية ، أو التوعيه النفسية) فى جوانب الشخصية المختلفة .

ثانيا : مهام الاخصائى النفسى الوقائية

تشترك المهام الوقائية مع مهام التوعية فى أن الاساس فى كلاهما هو تنمية وعى التلميذ وتدريبة على ممارسة استراتيجيات معينة ، إلا أن موضوع التوعيه يكون عاما ولكن موضوع الوقايه يكون خاصا أن ونقصد بذلك أننا يمكن . ننمى وعى التلميذ بماالديه من ذكاء .. ونعلمه استراتيجيات نتمية الذكاء (كما سيرد فى الجزء الثانى) الذكاء مفهوم عام في الشخصية ، ويقابل ذلك في الوقاي أن ننمى وعيه بسلبيات الادمان أو سليات التعصب او سلبيات رفاق السؤ وهو موضوع نستخدم فيه المفاهيم الكبرى ولكن بهدف توظيفها في الوقاية من موضوع معين

إن موضوعات التوعية النفسية بجانب انها عامة فهى تصلح في كل زمان ومكان لانها ترتبط بالبناء النفسى ، اما برامج الوقاية فترتبط بما يهدد التلاميذ ، فى مجتمع معين وفى زمن معين كما سبق ان ذكرنا ، امثله عن التعصب او الادمان

وهناك موضوعات تجتمع عندها التوعية والوقاية مثل استخدام الانترنت ، والتوعيه بايجابياتها والوقايه من سلبياتها - مشاهدة التليفزيون ..

وهناك استراتيجيات خاصه بالوقايه تتجاوز الأمر والنهى - أو الترغيب والترهيب .. من أهمها توظيف استراتجيات اتخاذ القرار - والحل الابداعى للمشكلات .

ثالثا : مهام الاخصائى النفسى التشخيصية

يعنى الاخصائى النفسى بتشخيص جوانب القوة وجوانب القصور لدى التلاميذ ويستخدم هذا التشخيص فى تحقيق اهداف متعدده ، أولا : لتنمية وعى التلاميذ بأنفسهم ، ثانيا : رسم خطط تتناسب مع حاجات التلاميذ ، ثالثا : التعرف على التلاميذ المعرضين للوقوع فى مشكلات رابعا : التعرف على التلاميذ المتميزين فى النواحى المختلفه . وفى كل هذه الحالات يكون التشخيص بهدف الاستكشاف وقد يقوم الاخصائى بمهمة التشخيص لحالة بذاتها وهو هنا يقوم بدراسه حالة أو تلميذ بذاته اما بناء عن طلبه أو بناء عن طلب أحد المعلمين أو الاسره ، وهنا يكون التشخيص موجها نحو هدف واضح ، فمن يطلب التشخيص تكون لديه أعراض أو مشكلات أو

مظاهر أغراق واضحه ويريد تفسيرا لها . ويستخدم الاخصائى النفسي ادواته المختلفه ، وقد يرى الاخصائى أنه فى حاجة للتعاون مع الاخصائى الاجتماعى أو الاسره او المعلمين وقد يستعين بخبره اطباء فى تخصصات متعدده ، وينتهى من جمع البيانات بكتابة تقرير متكامل يمثل جوانب الشخصية الصحية والاجتماعية والدراسية والاسرية والنفسية وعلى ضوء ما ينتهى إليه الاخصائى من بيانات يمكنه اتخاذ قرار بالتعاون مع الاطراف المعينة الاخصائى الاجتماعى - المعلمون ، الادارة - الاسرة - الطبيب المختص إما بتحويل الحالة الى مختص أو الى تولى رعايتها داخل المدرسه على ضوء نتائج التقرير .

رابعا : مهام الأخصائى النفسى الارشاديه

ان الفروق الفرديه مسلمة لاخلاف حولها واجتماع الجوانب الايجابيه والسلبيه فى الشخصية مسلمة لاخلاف حولها ، و يتطلب قيام الاخصائى النفسى بمهامه الارشاديه الاخذ بهاتين المسلمتين فالارشاد النفسى استجابه لحاجة التلاميذ ذات الخصوصيه .. ويتفاوت اسلوب الارشاد ، وعمقه ، واستمراريته تبعا لتفاوت حاجات التلاميذ ، ولنبدأ بالمسلمة الخاصة بأن كل شخصيه تحمل مقومات ايجابية واخرى سلبيه وان بناء الشخصية هو محصلة تفاعل الجانبين ، وهو بناء يتصف بالنسبية والدينامية ونقصد بالنسبية أن محصلة التفاعل بين الجوانب الايجابية والجوانب السلبيه فى الشخصية ليس ثابتاً فهناك مواقف أو أوقات تتغير فيها نسبة التفاعل فتنقلب الجوانب الايجابية .. او تنقلب الجوانب السلبية والشخصية السوية لا تخلو من سلبيات ، و لكن الجوانب الايجابيه تحميها وتعدل محصلة التفاعل. ليكون فى مجملة إيجابيا ويتفاوت تاثير الجوانب السلبية فى الشخصية تبعا للشكل الذى تتخذه ، وشدته ، واستمراريته .

ونلخص تاثير الجوانب السلبية على الشخصية فى مدى إعاقة الشخصية عن مزاولة مهام الحياة اليومية والاستمتاع بها .. وبعبارة أخرى فى مدى اعاقة الشخصية عن تحقيق التوافق فى مجالات الحياة المختلفة .

ونظر لان حاجات التلاميذ للارشاد تتنوع تبعا لشدتها .. ونوعيتها .. واستمراريتها فإن التشخيص يلعب دورا جوهريا فى الارشاد .. وتتوفر لدى الاخصائى النفسى المدرب الادوات التى مكنه من التشخيص .. واتخاذ القرار كما سبقت الاشاره اليه

ويقوم الاخصائى النفسي بمهام الارشاد إما بناءا عن طلب التلميذ نفسه ، أو احد زملائه او احد المعلمين او الاداره او الاسره .. او بناءاً على ملاحظه الاخصائى النفسى اثناء تفاعلة أو من خلال الادوات التى يطبقها تطبيقا جماعيا على كل التلاميذ كمكون اساسى فى التوعيه أو الوقاية اذ قد يلاحظ الاخصائي ما يلفت انتباهه اثناء تصحيحة المقاييس النفسية أو غيرها من ادوات

القياس فقد يجد درجات تتجاوز المتوقع وتبتعد عن درجات المجموعة بصورة لافتة للنظر .

نختلف الحاجات الارشادية وتتنوع فقد نكون عابره أو موقفية وقد تكون ذات ، استمراريه .. فقد يلاحظ الاخصائي أن التلاميذ فى فترات الامتحانات تزداد شكواهم .. و هى شكوى موقفيه أو عابره تنتهى بانتهاء الموقف الذى اثارها - ويقابل هذا حاجات شبه مستقره لاعراض شبه دائمة وهى تتطلب تشخيص دقيق وقرار دقيق ، اما بتولى الاخصائى النفسى امرها او بتحويلها لمختص .

هناك بعد آخر يتدخل فى نوع الحاجة للارشاد وهو عمق المشكلة التى يثارت تلك الحاجة .. فقد نكون المشكلة نتيجة لنفص او لخلط فى معلومات التلميذ حول موضوع يهمه ويثير قلقه .. ويكون المطلوب فى هذه الحالة تزويده بالمعلومات أو توجيهه الى الجهة التى يحصل منها على المعلومات .

وقد تكون الحاجة للارشاد هى فى واقع الامر حاجة للمسانده أو التدعيم - أو تكون حاجة للمشاركة فى اتخاذ قرار يجد التلميذ صعوبه فى اتخاذه بمفرده او المشاركة فى حل مشكلة يجد التلميذ صعوبة فى حلها بمفرده .

هذه الصور من الحاجات الارشاديه صور طبيعية لاتحتاج من الاخصائى جلسات طويلة ولا عمليات تشخيص متعددة المصادر وهى تقع فى حدود عمله اليومى .

أما اذا انتقلنا الى المشكلات ذات العمق أى التى تعوق التلميذ عن ممارسة حياته من جانب أو اكثر ، او التى تمس بناء شخصيتة بصورة أو اخرى .. ففى هذه الحالة يلجأ الأخصائى لمن لديه الخبره والمران بالتشخيص كخطوه أولى اساسية وقد سبقت الاشاره اليه وعلى ضوء التشخيص يتخذ القرار المناسب لمشاركه من تعاونوا معه إما بالاستمرار فى رعايه الحاله او تحويلها .

خامسا : مهام الاخصائى النفسى فى اكتشاف ورعايه الموهبه الابداع والتفوق .

تلقى دراسه الموهبة واكتشافها وتنميتها اهتماما كبيرا على المستوى العالمى والمحلى وتختلف المدرسى العلمية فيما نقدمه من نظريات أو ممارسات فى هذا المجال

- كما سيرد بالتفصيل فى الجزء الثانى من الدليل - ويهمنا هنا أن يكون لدى الاخصائى النفسى رؤيه حديثه عن اكتشاف ورعاية الموهبة والابدا ع والتفوق بما ييسر له القيام بمهامه فى هذا المجال .

وكما سبق ان ذكرنا فإن مهام الاخصائى تتكامل فيما بينها ويتضح هذا التكامل بصفه خاصة

في مجال اكتشاف الموهبه والابداع والتفوق .. فمن خلال برامج التوعيه وما يصاحبها من أنشطة وتدريبات لتوظيف الاستراتيجات المعرفية والوجدانية والاجتماعية يخلق الاخصائي النفسي مناخا إثرائيا متحررا يشجع التلاميذ على التعبير عن امكاناتهم ، ولأن هذه في اساسها ذات بناء دينامي فإن الاخصائي النفسي يستطيع أن يعد لها تبعا لحاجات التلاميذ المتنوعه - و بذلك يسمح للتلاميذ للانطلاق في التعبير عن حاجاتهم .

و يوجة الاخصائي بعض وقته وجهده لتنمية وعي التلاميذ بجوانب التميز لديهم .

والمدخل الثاني لاكتشاف الموهبة وتنميتها يتمثل في قيام الاخصائي بإجراء أدوات القياس المختلفه وعلى مدى زمني طويل والتي يمكن أن تساعده على التعرف على أهتمامات التلاميذ فيأخذها في اعتباره عند التخطيط للانشطة المختلفه ، وقد تساعده أيضا على التعرف على بعض التلاميذ ذوي الكفاءه في المجالات المختلفه ممن يمكن أن يكونوا نواه لمجموعات عمل من أجل تنميه الموهبه لدى من لديه الاهتمام والالتزام والدافعية .

الى جانب هذا وذاك فإن العلاقه الحميمة التي تنشأ بين الاخصائي النفسي والتلاميذ تسمح له ولهم بالتواصل الذي يساعد من يرى في نفسه بوادر موهبه أن يطلب المساعده من الأخصائي النفسي وما يصدق على الموهبه يصدق على الأبداع والتفوق .

وجدير بالذكر أن أحد المفاهيم ذات الأهميه في مجال الموهبه والابداع والتفوق هو مفهوم « المنتور والمنتور» اسم لشخص يقوم برعاية أو احتضان من يحتاج الرعاية بهدف تدريبه وتوجيهه وتنمية امكاناته لحدها الأقصى - وقد جاءت الكلمة " منتور " من حكاية تاريخيه مؤدا ها أن أحد القادة أو الحكام كان عليه ان يترك ابنه الذي يعده لتولي السلطه لسفره للحرب ، ولذا فقد عهد بهذا الابن لمعلم حكيم يدعى " منتور " ليرعاه ويعلمه وقد احسن منتور القيام بمسئولياته حيال الابن ومن هنا اطلق اسمه على من يرعى ويعلم ويؤدب وينمي على أساس الارتباط الثنائي بين التمليذ والمنتور .

نحن لا نقصد بهذا أن يتسع وقت الأخصائي للقيام بدورالمنتور ولكن ندعوه أن يبحث من بين المعلمين والاداره أو الأباء من يكون على استعداد للقيام بدور " المنتور " لبعض التلاميذ ممن لديهم الدافعية والالتزام والقدرة على التميز في أي مجال من مجالات المعرفة .

سادسا : مهام الأخصائي النفسي في اكتشاف ورعاية ذوي المشكلات السلوكيه أو المعرضين للانحراف.

لا تكتمل أدوار الأخصائي النفسي بدون رعاية ذوي المشكلات السلوكيه والمعرضين للأنحراف - أما عن ذوي المشكلات السلوكيه فلا تخلو مدرسه من مشكلات النظام ومشكلات السلوك الانحرافي ، كالغياب والعنف والأهمال والسرقه والتدخين وكلها مشكلات سلوكيه وإذا كانت هذه

المظاهر السلوكيه تقصير صريح يمكن ملاحظته وتقويمه بصوره او أخرى ، فهناك من التلاميذ من هم على حافة الانحراف ممن تؤهلهم العوامل الشخصيه والاجتماعيه للانخراط فى السلوك المنحرف - هؤلاء التلاميذ يحتاجون الى من يكتشفهم ، ويساعدهم من خلال البرامج الأنمائيه والوقائيه على مواجهة الضغوط التى يواجهونها بصورة ايجابيه وهناك أدوات تساعد الأخصائى على التنبؤ بالانحراف أو التنبؤ بهذه الشريحة المعرفة للأنحراف

سابعاً : مهام الأخصائى النفسى التعليميه

يلعب الأخصائى النفسى كعضو فى فريق النظام التعليمى دوراً هاماً ومباشراً من خلال قيامه بمهامه التعليميه والمهنيه فكما سبق وناقشنا دور الأخصائى النفسى فى اكتشاف ورعاية الموهبه والابداع والتفوق فإننا نقدم دوره فى رعاية ذوى صعوبات التعلم ، وهم فئه من التلاميذ لا يتناسب تحصيلهم مع ما لديهم من امكانات عقليه ووجدانية واجتماعيه ولا مع ما يبذلونه من جهد من أجل التحصيل .

هؤلاء التلاميذ يمثلون نسبة متزايدة على مستوى العالم ، ويتطلبون رعاية خاصة فى تشخيص اسباب صعوبات التعليم ووضع خطة لعلاجها حيث أن غياب - التشخيص والعلاج يفتح اسباب أمام تفسيرات غير علميه ليترتب عليها خطط غير مجدية وإن كانت تؤدى إلى نجاح هؤلاء التلاميذ ونقدمهم الى الصفوف الأعلى دون حل علمى لمشكلاتهم الحقيقيه .

هناك أدوات علميه تساعد الأخصائى على تشخيص اسباب صعوبات التعليم .. سواء كانت تلك الصعوبة تتمثل فى قصور وظيفة معرفة معينة أو قصور فى الدافعية أو غيرها من العوامل الوجدانيه أو غيرها من العوامل .

مثل هؤلاء التلاميذ معرضون لمشكلات سلوكية وشخصية نتيجة لشعورهم بفشل هم غير مسئولين عنه ولذ فهم ويحتاجون الأهتمام بهم وتقديم الرعايه لهم

بعض هؤلاء التلاميذ قد يتم تحويلهم الى مدارس نوى الحاجات الخاصه لأنه لم يتم تشخيصهم تشخيصاً سليماً إما لعدم توفر الأدوات المناسبه ، أو عدم توفر الخبرة المناسبة ، أو عدم منحهم الفرص المناسبة .

ثامناً : مهام الأخصائي النفسى فى الارشاد التعليمى والاستعداد للحياة المهنية .

من أهم قرارات التلميذ القرار الخاص بتوجية مساره التعليمى ، أىّ الاقسام يختار وأىّ المواد يختار ، وما العوامل التى على اساسها يتم الأختيار هل الدرجات تكفى . هل صحبة الأصدقاء تكفى ، هل رغبة الأسره تكفى .. والذى يزيد الأمر صعوبه أن التلميذ يختار وهو فى سن صغيره - وهذا الأختيار قد يحدد مستقبله المهنى مدى الحياة .

دور الأخصائي النفسي من خلال التوعية والتشخيص الجماعي يمكنه من مساعدة التلاميذ على الوعي بجوانب القوه الضعف لديهم ، وكذلك قد يكون الأخصائي بنفسه او بالاستعانه بمتخصصين مصدرا للمعلومات التى يحتاج إليها التلاميذ ليعرفوا بعض الحقائق الهامة عن المهن المختلفة مما يساعدهم على اتخاذ قرار مناسب

تاسعاً : مهام الأخصائى النفسى كباحث

ننتقل لدور آخر من أدوار الاخصائى وهو دوره كباحث - وهو دور متعدد الأبعاد فقد تطرح قضية خلافيه أى قضية تحتمل اكثر من رأى .. هل تصلح المرأه للعمل القضائى .. هل العنف مظهر لمرض نفسي وبالتالى يحتاج العلاج . أم مظهر لسلوك منحرف يحتاج الردع والعقاب .. مثل هذه الأمور الخلافيه قد يرى الأخصائى أن يستطلع رأى التلاميذ بشأنها وهنا يقوم بتصميم أستبيان لأستطلاع الرأى - وقد يشرك التلاميذ معه فى خطوات البحث بدءا من تحديد المشكله وتقرير اهميتها الى اختيار العينه الى تصميم الاستبيان الى تحليل الناتج وقد يستعين بالتلاميذ فى التطبيق والتحليل والتصحيح وقد يستعين بالمعلمين المهتمين والمختصين فى تحليل النتائج ..

خامساً : معايير الجودة المهنية لمهام الأخصائى النفسى .

أن الهدف من تقديم هذه المهام هو مشاركة الأخصائى النفسي ودعوته للتأمل فيما يقدم له بهدف تحليله على ضوء خبرته بما يؤدى الى تقبله او تعديله أو حتى رفضه ..

ولذلك ندعو الأخصائى النفسى أن يستخدم النموذج الآتى عند قراءته للدليل ، وقد تنير المادة المطروحه بعض التساؤلات التى يسعى الأخصائى للأجابة عليها ، .. فى كل الأحوال فإن استخدام مثل هذه النماذج ينشط التفاعل بين القارئ وما يقرأه وبينه وبين زملائه وقد تظهر اثناء مناقشة او محاضره أونتيجة لوقوع حدث .. يترتب على المناقشه رغبة التلاميذ فى التعرف على ظاهرة ما تخص البيئة - تخص مشروع قومى لرغبة فى بحث استطلاعى مثل .. تشجيع الهجره الى الصحراء او بحث يقارن به رأى التلاميذ فى الفن . الاخصائى كباحث قد يقوم بالبحث منفرداً لأنه فى حاجة لبيانات تساعده فى عمله . وقد يقوم بالبحث مشتركا مع التلاميذ وفى هذا فائده مشتركه اولا تدريبهم على خطوات البحث العلمى من خلال الممارسه ويثير هى إضافة اساسيه فى بناء التلميذ تحملهم مسئولية البحث

وثانياً تحملهم مسئولية البحث عن اجابة موضوع لديهم إهتماما خاصا ، وهى فرصه الى جانب فوائدها العمليه فإن قيمتها فى تحقيق التفاعل الأجتماعى لموضوع التعلم التعاونى وتقسيم الأدوار واحترام الاختلاف .. الخ مظاهر التعلم التعاونى

الكفاءه المهنيه نامية ديناميه حيث تتأثر بالتدفق المعرفى فى مجال التخصيص من ناحية وفى

* بقدر تمكنه من التخصصي يستطيع أن ينتج اشتقاقات جديدة تيسر له القيام بمهام عمله بكفاءه

ثالثاً : لدى الأخصائي النفسي أساليب وأدوات ووسائط متعدده

* لديه بدائل متعددة ومتنوعة يوظفها من أجل تحقيق أهدافه
* يتصدى لتحديات متنوعه وإشكاليات متجددة ، ويجد الوسائل والوسائط المناسبه لكل منها
* الأخصائي النفسي لديه أهداف واضحه أساسيه لا تغيب عن تفكيره
* لديه وسائل متعدده لتقييم استجابة التلاميذ

رابعاً : يتعلم الأخصائي النفسي من خبراته وممارساته ويسعى لتقييمها وتطويرها

* يضع لنفسه تحديات ومعايير يحكم من خلالها على أدائه
* يسعى للأسترشاد والتشاور المهني ، وينشغل بالبحث عما يساعده في تحسين ممارساته المهنيه .

خامساً : يدرك الأخصائي النفسي أنه عضو في منظومة كبيره ويتعاون مع جميع الأطراف المعينة .

* يقوم الاخصائي النفسي بمهامه في إطار اهداف المؤسسه التعليميه وبهدف رفع كفاءة الأداء بها
* الاخصائي النفسي على اتصال دائم بالأسره
* الأخصائي النفسي يسعى للإستفاده من موارد البينه المحلية في الحي .

هذه المعايير الخمسه تلخص العلامات الكبرى التي يسترشد بها الأخصائي النفسي ويسعى لتحقيقها اثناء قيامه بمهام دوره المهني

أدعو الأخصائي النفسي أن يجرب القرأة التفاعليه بأن يتوقف اثناء القراءة ويتساءل حول ما يقرأه . وفيما يلي بعض الأمثله :

١ - ما هو المبدأ الأساس فيما قرأت ؟

* كيف يرتبط هذا المبدأ بما سبقه ، ويمهد لما بعده ؟
* كيف يرتبط هذا المبدأ بما لدى من معرفة علميه وخبرات واقعيه ؟
* ما المفاهيم ذات العلاقه بهذا المبدأ ؟
* كيف يرتبط بأهداف التعليم . وبالأساس النظري ؟
* كيف يترجم هذا المبدأ الى ممارسات ؟
* كيف يرتبط هذا المبدأ بحاجات التلاميذ

كيف يحول الأخصائي النفسي المهام الى ممارسات فعلية

الأخصائى النفسى كعضو فى الفريق التربوى لديه أهداف يسعى لتحقيقها ولديه مهام يحقق من خلالها هذه الأهداف ، ولديه معايير علميه ومهنيه يقوم على اساسها بأدواره المختلفه ، ونظراً لتباين حاجات التلاميذ ، وتباين مواصفات البيئه التى يعمل فيها الأخصائى فهو مطالب بسنياريوهات متعدده تتناسب مع هذا التنوع . ولكن هناك خطوات عامة يحسن الأشاره اليها لتكون أمام الأخصائى النفسى عند اعداده لمهام عمله ، ويستطيع أن يحمل هذه الخطوات العامه فى اربعة خطوات لذكرها فيما يلى :

سادسا : الخطوات العامة لأعداد المهام

الخطوة الأولى : مرحلة التخطيط

وهى مرحلة الاعداد لتقديم الخدمة النفسية التى ترتبط بأى مهمة من مهام الأخصائى النفسى فى هذه المرحلة يجيب الأخصائى على التساؤلات الأتيه :

* ما هى المفاهيم الأساسية التى أريد ان اقدمها للتلاميذ ؟
* ما قيمة هذه المفاهيم للتلاميذ والى اى مدى ترتبط بحاجاتهم الفعليه . ماهى الحاجات التى تشبعها هذه المفاهيم ؟
* هل ترتبط بما سبق تقديمه ، وهل تمهد لما سوف اقدمه فى المستقبل ؟
* هل تثير اهتمام التلاميذ ؟
* ما هى النتائج المتوقعه بناءا عن هذا النشاط ؟
* ما هى الأدوات الى استتخدمها لتساعدنى فى تقديم هذا النشاط ؟
* هل تتوفر هذه الأدوات ، او هل يمكن أن اوفرها ؟
* هل لدى المعرفه الحديثه عن هذه المفاهيم وتلك الأستراتجيات ؟
* هل هناك مصادر استطيع الرجوع إليها للاستزاده
* ما هى الأستراتيجيات التى تيسر اكتساب وتوظيف هذه المفاهيم
* هل يمكن الاستعانه ببعض الزملاء أو المتخصصين ؟
* ما الانشطة التى تيسر اكتساب هذه المفاهيم ؟
* ما أوجة الصعوبات أو المعوقات التى قد تواجهنى عند القيام بهذه المهمة ؟ وكيف أواجهها ؟
* ما هي البدائل المطروحة والتى قد تحقق الاهداف بصوره أفضل ؟

فى مرحله التخطيط تتاح للاخصائى النفسى اتخاذ قرارات متعدده بمفرده أو بمشاركة من يرى الاستعانه بهم

وفى نهايه هذه المرحله يكون الأخصائى النفسى قد توصل لخطة متكاملة تيسر له القيام

بالخطوه التالية

الخطوة الثانيه : مرحلة التفاعل

هناك اشكال مختلفه للتفاعل بين الاخصائى النفسى والتلاميذ ، فقد يكون الطرف الاخر فى التفاعل تلميذ واحد فى مقابلة للتشخيص او الارشاد ، وقد يكون فصل بأكمله أو اكبر من فصل فى نشاط مدرسى ، وقد يكون دور الاخصائى النفسى دور غير مباشر فى التفاعل إذا كان النشاط محاضرة عامه يقدمها ضيق من خارج المدرسه .

لكل شكل من اشكال التفاعل خصائص تميزه ، ولكن يجمعها جميعا تمكن الاخصائي كوسيط ييسر هذا التفاعل ونؤكد هنا أن كل ما يصدر عن الاخصائى النفسى من قول أو فعل له تأثير فى التفاعل ولذلك فلا يترك للصدفه وإنما هو نشاط مهنى منظم قد تم التخطيط له فى الخطوه السابقة و هناك استراتيجيات خاصه يتيسر هذا التفاعل لابد للاخصائى النفسى أن يكون متمكنا منها - وسوف نعرض لبعضها في الجزء الثانى من هذا الدليل .

وفيما يلى نشير إلى بعض القضايا الهامة فى هذه الخطوة

* كيف أتعامل مع استجابات التلاميذ المتباينة ؟
* كيف احقق التوازن بين النظام والحريه ؟
* كيف احصل على ثقه التلاميذ ؟
* هلى الافضل أن أغض البصر عن بعض الهفوات أم ا احكم نظام الفصل
* كيف اتحكم فى انفعالاتى ؟
* كيف أكون نموذجا للمحقق لذاته ؟
* كيف احول أى بادره سلبيه الى موقف تعليمى ؟
* كيف اغير مسار النشاط أيا كان شكله رلى استجابه لحاجات التلاميذ الفعلية .

هذه التساولات وغيرها توجه الاخصائى إلي إثراء التفاعل وتنشيطه ، وتعتبر هذه الخطوة واجهة العلاقة بين الاخصائى والتلاميذ .

الخطوه الثالثة : تقويم الاداء

يبدأ الاخصائى النفسى التخطيط لنشاط ما أو مقابله ما أو برنامج تدريبى ما وفى ذهنه مايريد أن يحققه من نتائج وهذه النتائج هى التى توجه الاخصائي فى مرحلتى التخطيط والتفاعل.

هذه النتائج هى نهاية مرحلة وبدايه مرحله جديده فى سلسله جهود الاخصائى ، وتتركز مرحله التقييم على تقدير الاخصائى لما حققه ومالم يحققه - من خلال ملاحظته لادائه ، ولا ستجابة التلاميذ وللمحتوى الذي يقدمه سواء كان جلسه ارشاديه أو برنامج وقائى أو نشاط بحثى ...الخ

ويتمد الاخصائي من هذه المرحلة مؤشرات إيجابية لما تحقق ومؤشرات سلبية لما لم يتحقق وتتطلب هذه المرحلة من الاخصائى أن يكون دقيقا فى ملاحظاته وموضوعيا فى تقييمه

من الاسئله التى يسعى الاخصائى للاجابه عليها ما يأتى

* هلى تدل استجابات التلاميذ على فهمهم لما تم تقديمه ؟
* هلى اثارت الماده المقدمه اهتمام التلاميذ ، والدليل على ذلك هل كانت هناك أسئله متنوعه وذكية ؟
* هلى اثارت الماده نقاشا بين التلاميذ ؟
* هلى كانت الماده مناسبه فى طولها للزمن المتاح ؟
* هلى كانت الأدوات مناسبه ومفهومه ؟
* هل ادرك التلاميذ العلاقة بين الماده المقدمه وحاجاتهم الشخصية كما يبدو فى الأمثله التى ذكردها ؟
* هل كان الاخصائي نموذجا للمحقق لذاته ؟
* هل كان نظام الفصل مقبولا ؟
* هل اثار الموضوع المطروح خلافات بين التلاميذ ؟
* هلى استطاع الاخصائى أن يعطى التلاميذ فرص المبادأة

الخطوة الرابعة : استخلاص مبادئ عامه يمكن سنحدامها فى المستقبل

أن التقييم الذى يقوم به الاخصائي فى الخطوه الثالثه يساعده على استخلاص المبادئ أو الخبرات الايجابيه لكى يوظفها فى المستقبل – ذلك أن تراكم الخبرات وتعديلها هو أساس التعلم ، وتتطلب هذه الخطوة من الاخصائي مرونه وخيال وتمكن من الاسس النظرية التى يبنى عليها الممارسات .. ففى هذه الخطوة يستخلص الاخصائى نوع الأدوات التى تستشير اهتمام التلاميذ .. فيقرر أن يعتمد عليها فى الانشطة التالية – أو يقرر أن التدريبات الجماعية تشجع التلاميذ على المشاركة بشرط أن نختار الجماعة أفرادها فيقرر الا يتدخل فى المرات القادمه فى تقسيم الفصل الى مجموعات صغيرة .. أو يقرر أن إستخدام المفاهيم العلميه يشعر التلاميذ بالثقه وانهم يستخدمون لغة المتخصصين ، فيقرر استخدام المفاهيم العلمية فى المرة القادمة .. ومايصدق على الانشطة الجماعية يصدق على الانشطه الفردية كما يحدث فى الارشاد أو الانشطه البحثية .. من هذا التحليل والاستخلاص ينقى الاخصائى ممارساته من الشدائب يتقدم نحو مزيد من التحسين والتميز فى مهامه

سابعاً : أدوات الاخصائى النفسى

يستعين الاخصائى النفسى فى قيامه بمهام عمله بأدوات تتعدد وتنوع تبعا لمتطلبات المهمة التى يقوم بها . ومن أكثر الأدوات شيوعا المقاييس النفسية والمقابلة ودراسة الحالة والمحاضرة وبرامج التدريب .

ويمكن النظر لكل أداة من هذه الأدوات باعتبارها مجالا يضم بداخله العديد من النماذج ، وفيمايلى نستعرض هذه الأدوات .

أولا : المقاييس النفسية :

تعتبر المقاييس النفسية من أكثر أدوات الاخصائى تنوعا حيث يمكن تصنيفها تبعا للعديد من المحاور ، فهناك مقاييس القدرات العقلية ومقاييس الشخصية ، وهناك مقاييس أحادية البعد أى تقيس بعدا واحدا ومقاييس متعددة الأبعاد ، ومقاييس موضوعية وأخرى اسقاطية ، ومقاييس فردية وأخرى جماعية .

وكل نموذج من هذه النماذج يضم العديد من النماذج الفرعية .. فهناك مقاييس للاتجاهات ، ومقاييس لاستطلاع الرأى .

وتتعدد التسميات فهناك المقياس ، وهناك الاختبار وهناك الاستبانة أو الاستبيان . وإذا ما انتهينا من تحديد النماذج فسوف ننتقل إلى شروط تصميم وتطبيق المقاييس النفسية .. ونعرض للصدق والثبات والمعايير واجراءات التقنين وشروطه .

ثم ننتقل إلى معالجة البيانات التى يحصل عليها الاخصائى من تطبيق المقاييس . وننتقل إلى المعالجة الإحصائية سواء كانت بهدف الوصف أو المقارنة أو دراسة العلاقات .. فتعرض للاحصاء النفسى والتربوى .

إن موضوع القياس النفسى موضوع هام لا يناقش فى عجالة ولذا نكتفى بما سوف نعرضه من مقاييس فى الجزء الثانى من الدليل ، ونحيل القارئ لبعض المراجع المتخصصة التى يجد فيها ما يحتاج إليه .

ولكن هناك قضايا فى القياس النفسى تستحق النظر والنقاش .

أولا - أخلاقيات القياس النفسى :

وتتعلق بالمعايير الحاكمة فى تطبيق وتصحيح المقاييس النفسية .. واتخاذ قرار بناءاً على ذلك . هذا أمر يستحق كل الاهتمام . ويتعرض له الاخصائى النفسى ضمن مهامه المهنية .

* فقد يطلب من الاخصائى النفسى اختيار التلاميذ الموهوبين أو المبدعين .
* قد يحول أحد المعلمين أحد التلاميذ للاخصائى النفسى بدعوى أنه لا يستطيع متابعة الدروس ومطلوب اتخاذ قرار خاص بتقدير ذكائه .
* قد يلجأ أحد التلاميذ للاخصائى النفسى ليساعده على التغلب على اعراض نفسية تعوقه عن متابعة حياته بصورة مرضية .
* قد يلجأ بعض التلاميذ للاخصائى النفسى لساعدتهم فى التوجيه التربوى .

هذه المواقف تتطلب من الأخصائى النفسى اتخاذ قرار قد يؤثر فى مستقبل هؤلاء التلاميذ .

هذه قضية تضع الاخصائى فى موقف اخلاقى مهنى ، وعليه أن يكون على ثقة من كفاءته فى اختيار الأدوات المناسبة ، وكفاءته فى استخدامها ، فى تصحيحها ، فى تفسير نتائجها . وعليه أن يتساءل ما هى أنسب المقاييس ؟ ما هى المعايير التى يتم اختيار المقاييس على أساسها ؟ هل يكفى استخدام مقياس واحد ؟ هذا هذا المقياس يناسب هذا التلميذ ؟ هل توفرت فى تطبيق المقياس كل المقومات العلمية ؟ هل تحتمل نتائج المقياس تفسيرات أخرى ؟ هل أطلب مشاركة زميل أو متخصص أخر فى هذه المهمة ؟ هل هناك قصور فى خبرتى فى هذا النوع من المقاييس ؟ كيف أجد من يدعم قرارى أو يفنده ؟

هذه القضايا الاخلاقية أساسية فى عمل الاخصائى النفسى وتتطلب مناقشة وتأمل ، ولكننا لا نملك فى هذا المقام أكثر من اثارتها .

ثانياً : القياس الدينامى مدخل مختلف فى القياس النفسى

يتميز القياس الدينامى بانه يحول موقف القياس الموضوعى الذى يساوى بين التلاميذ جميعا ويلغى ما بينهم من فروق فردية إلى موقف تفاعلى يراعى أن كل تلميذ فى ذاته منظومة لا تتكرر .

ونوضح ذلك بالمثال الآتى :

اذا سلمنا بأن أداء التلميذ فى مواقف الحياة بصفة عامة محصلة للتفاعل بين العوامل الوراثية والخبرات البيئية ، واذا سلمنا أن موقف القياس ينسحب عليه نفس المبدأ فإن التلميذ فى أدائه إنما يعبر عن محصلة التفاعل بين ما لديه من امكانات وما مر به من خبرات : أسرة حاضنة أمنة ، أو رافضة مفككة ، تعليم مستنير أو تعليم تسلطى ، نماذج اجتماعية ايجابية تنمى الدافعية والتوازن الشخصى أو نماذج سلبية ، خبرات صحية سوية ، أوخبرات مرضية .. خلاصة القول أن التلميذ يحمل الى موقف القياس ماضيه كله بايجابياته وسلبياته . فى هذا الاطار كيف يمكن للاخصائى ان يفسر فشله على أحد بنود مقياس ما باعتباره قصورا فى قدرته وليس فتورا فى الدافعية ، أو قلقاً موقفياً ، أو اجهادا نتيجة لمرض مزمن أو طارئ ؟

نضرب مثال واقعى وبسيط - أجاب اثنان من التلاميذ إجابة خطأ على بند من بنود مقاييس القدرة الحسابية ٢ ٤ ٨ ١٦ .. يحصل التلميذان على صفر فى هذا البند .

حيث يساوى القياس التقليدى فى الدرجة بين تلميذين فشل كلاهما فى الاجابة الصحيحة ، كما فى المثال السابق أما فى القياس الدينامى فلا يكون الهدف فى رصد عدد الإجابات الصحيحة ، وإنما فى تشخيص أسباب الفشل ، حتى يتمكن الاخصائى من تحديد أوجه القصور لدى هذا التلميذ وبذلك يستطيع مساعدته . ولكى يحقق الأخصائى ذلك فإنه لا يكتفى بالاجابة التى قدمها التلميذ وإنما يسأله : كيف توصلت لهذه الاجابة ؟ هل تحب أن تراجع إجابتك ؟ هل قرأت السؤال جيدا ؟ هل انتبهت إلى المطلوب منك ؟ هل مرت عليك أسئلة مثل هذا السؤال ؟ وكيف أجبت عليها ؟ اذا فرضنا ان أحد التلميذين انتبه للخطأ وصححه ولم ينتبه الآخر . فهل لازال التلميذين متساويان ؟

الفرق بين القياس التقليدى والقياس الدينامى أو التفاعلى أن الأخير يسعى لمعرفة أسباب الفشل ولا يكتفى بتصنيف التلاميذ تبعا لاجاباتهم إلى ناجحين وفاشلين . القياس الدينامى يهدف إلى ما يمكن للتلميذ أن يحققه إذا توفرت البيئة المناسبة ولا يكتفى بقياس ما يستطيعه الآن.

إذا انتقلنا الى استخدام القياس الدينامى فى مقاييس الشخصية فإن الأخصائى يستطيع أن يحول موقف القياس إلى موقف تعلم كامل يقوم فيه بدور الوسيط الذى ينشط التفاعل سواء كان القياس فرديا أم جماعياً ، ولنضرب مثالا على ذلك من أحد المقاييس التى سوف نعرضها فى الجزء الثانى من الدليل وهو مقياس « التجويد والتجديد » .

مثال لأسئلة القياس · أفضل التغيير التدريجي ٥ ٤ ٢ ١

يطلب من المجيب ان يختار الاجابة التى تعبر عنه . فى القياس التقليدى يقوم الاخصائى بتصحيح أوراق الاجابة ويحصل على درجات التلاميذ ليستخدمها هو فى الهدف الذى تم التطبيق من أجله سواء كان بحثا أو تشخصياً أما فى موقف القياس الدينامى فتكون إجابات التلاميذ مدخلا للتفاعل النشط . ويقوم الاخصائى بتنشيط هذا التفاعل على أساس المبادئ العشرة التى سبقت مناقشتها عند عرض دور الأخصائى كوسيط فيتحول موقف القياس الى موقف تعلم ، يستثير تفكير التلاميذ ويدعوهم للتأمل والتحليل، يرسخ مفهوم تقبل الاختلاف ، يرسخ مفهوم تقبل الذات حيث يجد كل تلميذ ان هناك من يشاركه فى اجاباته ، يتيح للتلاميذ التفكير فى بدائل ، يتيح للتلاميذ فرصة لمراجعة أرائهم وأفكارهم وسلوكهم .

وهناك استخدامات متعددة للقياس الدينامى سواء فى المواقف الفردية أو الجماعية - ويمكن للاخصائى النفسى استخدام منهج القياس الدينامى فى أى مقياس يستخدمه ليحول موقف القياس الى موقف تعلم نشط .

فى القياس الدينامى يتحول التركيز من نتيجة الأداء إلى العمليات المعرفية والوجدانية والاجتماعية التى تفسر الأداء - ويهدف القياس الدينامى عند استخدامه فى القياس العقلى الى تقدير ما يمكن أن يصل إليه التلميذ إذا توفرت له بيئة تنشط تفكيره فى مناخ أمن . وهنا ندعو الاخصائى النفسى لاكتشاف العلاقة بين « حيز النمو الممكن » والقياس الدينامى .

ثانيا:المقابلة

تعد المقابلة ثانى أهم أدوات الاخصائى النفسى ولها نماذج متعددة تبعا لمتطلبات الموقف وما يقصد إليه الاخصائى .

فهناك مقابلة فردية وأخرى مع مجموعة صغيرة تتراوح بين ٧ - ١٠ اشخاص . وهناك مقابلة مفتوحة ومقابلة مقننة ، والأولى يحددها التفاعل بين اطرافها سواء فى موضوعها أو مسارها ، أما الثانية فهى محددة فى نقاط يدور حولها التفاعل بين اطرافها . وهناك مقابلة محورها الأساسى الاخصائى النفسى أى هو الذى يأخذ المبادرة ويحدد مسار التفاعل وموضوعه ومتى يتكلم ومتى يستمع .. الخ وأخرى مركزها من يطلب المقابلة هو الذى يحدد ما يريد أن

يناقشه وكيف يناقشه ومتى يستمع ومتى يسأل .. الخ أما من حيث أهداف المقابلة فهناك مقابلة لاعطاء معلومات ، أو اختيار مرشح لمهمة ما أو تكريم ما .. وقد تكون المقابلة بهدف التشخيص .. سواء كان تشخيص لمشكلة فى التحصيل أو النظام أو التوافق وقد تكون المقابلة بهدف الارشاد بمستوياته المختلفة . وأى كانت المقابلة فهى تفاعل بين طرفين أحدهما « الوسيط » الاخصائى والآخر من يحتاج إلى المساعدة سواء كانت مساعدة انمائية أو وقائية أو ارشادية .

ويمكن للاخصائى النفسى الاسترشاد بأبعاد دور « الوسيط » فى المقابلة ، من أجل تحقيق أهدافها .

ويختلف بناء المقابلة أدواتها باختلاف الهدف منها . وقد يرى الاخصائى أن يستخدم المقاييس النفسية بأشكالها المختلفة . وقد يرى أن يستخدم القياس الدينامى كمنهج لتنشيط التفاعل .

ثالثاً : دراسة الحالة

قد يطلب من الاخصائى النفسى القيام بدراسة حالة لأحد التلاميذ أى تقديم معلومات كافية عن التلميذ تساعد فى اتخاذ قرار ما بشأنه . وهنا يوظف الاخصائى أدواته من أجل جمع هذه البيانات والتى يمكن تلخيصها فى المقابلة - المقاييس النفسية - الملاحظة الفعلية ويضيف إليها الحصول على معلومات من المحيطين بالتلميذ فقد يلجأ لمقابلة الوالدين أو المعلمين أو الزملاء .. الخ لينتهى إلى تقرير عن الحالة .

وتتفاوت مادة التقرير اتساعا وعمقا تبعا للهدف منه . ونقصد بالاتساع جوانب الشخصية التى يتضمنها التقرير ، والحيز الزمنى الذى يتناوله فهناك دراسة حالة تبدأ من الطفولة وتشمل كل جوانب الشخصية - وهناك دراسة حالة تنصب على جانب معين أو مرحلة معينة . أما بالنسبة للعمق فيقصد به مدى استيفاء دراسة الحالة لجوانب شخصية دفينة أو لا شعورية أو غير مباشرة أو خاصة يحدد هاذان البعدان الهدف من دراسة الحالة .. ويترتب على الهدف الأدوات التى يستخدمها الاخصائى ، والزمن الذى يستغرقه ونوعية وكمية المعلومات التى يهدف الحصول عليها .

رابعاً : المحاضرة

تحتل المحاضرة مكانة أساسية فى عملية التعليم والتعلم ، فالمحاضرة أكثر الوسائط انتشارا فى نقل المعرفة . وهنا نقف لتوضيح ما نقصده بالمحاضرة حيث ارتبطت المحاضرة فى

أذهان الكثيرين بسيطرة المحاضر الكاملة وتهميش دور المستمع تماما - وهذا شكل مرفوض للمحاضرة ، أما المحاضرة التى يمكن توظيفها لنقل المعرفة والخبرات فنستطيع أن نسميها محاضرة تفاعلية ، أى محاضرة نقاشية ، يتحقق فيها التوازن بين دور المحاضر ودور المستمع فتتحول لحوار مقصود .

ويلجأ الاخصائى النفسى للمحاضرة النقاشية فى مناسبات متعددة ، فقد يهدف إلى تقديم قضية خلافية فى موضوع معين ، سواء بنفسه أو بدعوة متخصص . وقد يهدف إلى استجلاء غموض قضية مجتمعية هامة ، وقد يقصد نقل خبرات معينة . والمحاضرة النقاشية تفيد فى المهام الانمائية والوقائية بصورة مباشرة . وقد تنتهى المحاضرة بطرح قضايا جديدة للمناقشة ، أو وضع أهداف مشتركة يلتزم الجميع بالتخطيط لتنفيذها أو تكليف مجموعة ما بالقيام بمهام ترتبط بما أسفرت عنه المحاضرة .

إن اختيار الاخصائى النفسى لأداة أو أكثر من هذه الأدوات يتحدد بضوابط مهنية واخلاقية - فلابد أن يبنى اختياره على أساس نظرى وعلى توقعات واضحة يستمدها الاخصائى من الأهداف العامة للتعليم يراعى فيها خصوصية التلميذ .

والاخصائى فى قيامه بمهام عمله يراعى معايير الأداء الجيد التى سبقت الاشارة اليها ، كما أشرنا لخطوات إعداد وتنفيذ هذه المهام وبدون انشغال الاخصائى بعمله فى التخطيط والتفاعل والتقييم والاعداد للمستقبل ، تبتعد ممارساته عن المهنية وتصبح اقرب للجهد التلقائى الذى قد ينجح أو يفشل - ولذلك ندعو الاخصائى النفسى لتوظيف ما تم عرضه فى هذا الجزء من الدليل ، كى يستثمره فى الجزء الثانى الخاص بالتطبيق .

ذكرنا فى مقدمة هذا الجزء خمسة أدوات : القياس والمقابلة ودراسة الحالة والمحاضرة وبرامج التدريب وقد تناولنا باختصار الأدوات الأربعة الأولى ونتناول بشئ من التفصيل الأداة الخامسة وهى برامج التدريب .

ثامناً - إعداد تطبيق برامج التدريب

صاحب التطور السريع فى المعرفة العلمية ظهور الحاجة إلى التعلم المستمر كما صاحب التغير السريع فى ايقاع الحياة اليومية ظهور الحاجة إلى التنمية المستمرة .. وقد أدى التفاعل بين الحاجتين إلى ظهور اشكال مختلفة لتوظيف المعرفة المتجددة من أجل تنمية البشر . منها برامج

التدريب التى تتنوع أهدافها ومحتواها وأدواتها والزمن الذى تستغرقه ومواصفات من تقدم له تنوعاً كبيراً .

وتعتبر برامج التدريب أحد الأدوات أو الوسائط التى يوظفها الاخصائى من أجل تحقيق أهدافه ، ولكنها أداة أو وسيط مركب حيث تحتوى ضمن مكوناتها المقاييس أو المحاضرات أو المقابلة .... الخ وتستفيد من كل ما سبق طرحه من مبادئ ومعايير .

ولذلك فسوف نبدأ مناقشة برامج التدريب بتلخيص ما طرحه الدليل فى حلقاته السابقة :

أولاً : ان مهام الاخصائى النفسى أحد مكونات المنظومة التعليمية ، وبالتالى فهى تسعى لتحقيق الأهداف الكبرى لهذه المنظومة ، وتحقيق التكامل مع الممارسات التربوية الأخرى .

ثانياً : ان هذا الدليل يوجهه أساس نظرى يتمثل فى النظرية الانسانية (تحقيق الذات) والنظرية المعرفية (تنمية الامكانات المعرفية والوجدانية والاجتماعية وتحقيق حيز النمو الممكن) ونظرية النظم فى تاكيد الاعتماد المتبادل والتاثير المتبادل داخل أى منظومة وبين أى منظومة وغيرها .

ثالثاً : أن هذا الدليل يؤكد الاتجاه الايجابى فى علم النفس الذى يركز على المهام الانمائية والوقائية ولا يغفل المهام الارشادية والمشكلات التوافقية .

رابعاً : أن هناك إطار يستمد منه الاخصائى ممارساته اليومية يتمثل فى :

* دور الاخصائى كوسيط
* خطوات اعداد المهام
* المعايير المهنية

خامساً : أن الاخصائى النفسى لديه أدوات ووسائط متعددة ومتنوعة تتيح له الاختيار المناسب لمهامه المختلفة .

كيف ينطلق الاخصائى النفسى من هذا الأساس ليصمم وينفذ برامج التدريب .

أهداف برامج التدريب :

تهدف برامج التدريبى بصورة عامة إلى اتاحة فرصة مركزة للنمو فى جانب من جوانب الشخصية ، أو فى مهارة ما ، أو فى استراتيجية ما - وهى بذلك تهدف إلى إحداث تغيير ايجابى حقيقى فى شخصية المتلقى . ويجدر بنا قبل التقدم فى مناقشة بناء برامج التدريب أن نذكر ما نقصده بأن برامج التدريب تهدف إلى إحداث تغيير حقيقى وايجابى فى شخصية المتلقى ، نعرف أن الشخصية نتاج لتفاعل المقومات البيولوجية والفعلية والوجدانية الخاصة بالفرد مع مقومات البيئة ، من خلال هذا التفاعل يكتسب الانسان مهارات ويتعلم استراتيجيات ويكون ويطور مفاهيمه عن نفسه وعن البيئة ، هذا البناء المركب من المفاهيم والمهارات والاستراتيجيات هى أدوات الانسان فى تفاعله مع البيئة . وبقدر كفاءة هذه المفاهيم والمهارات والاستراتيجيات تتحدد كفاءة الفرد فى جوانب حياته المختلفة .

من هنا كانت أهمية برامج التدريب فى رفع كفاءة الفرد فى تفاعله مع البيئة وذلك من خلال وظائف متعددة .

أولاً : تقديم مفاهيم جديدة تيسر للفرد إدراك ذاته وإدراك الواقع بصورة أكثر كفاءة .

ثانياً : التدريب على استراتيجيات جديدة تساعده على رفع كفاءته فى مجالات الحياة المختلفة .

ثالثاً : تنمية مهارات يمتلكها فعلا ولكن لا يوظفها بكفاءة .

رابعاً : مساعدته على إدراك العلاقة بين ما لديه من مفاهيم واستراتيجيات ومهارات ومطالب الواقع .

وقد يجمع البرنامج بين الأهداف الأربعة حتى يتناسب مع حاجات المتدربين المختلفة .

وبرامج التدريب فى أساسها أحد صور التعليم والتعلم تبدأ بهدف معلن ومحدد ومقصود ، هذا الهدف يتفق مع حاجات المتلقين حتى يصبح هدفا لكل مشارك فاذا كان البرنامج يهدف إلى تنمية دافع الانجاز ، فلكى ينجح البرنامج يجب ان يكون لدى التلاميذ حاجة لتنمية هذا الدافع - كى يتحقق « القصد المتبادل » ولابد أن يكون للهدف قيمة خاصة لدى المتدرب وذلك من خلال توثيق العلاقة بين دافع الانجاز وقيم المتدرب ومعتقداته ومسلماته فى الحياة ومن هنا يكتسب التدريب (معنى) والركن الثالث الأساسى فى التدريب أن يوظفه المتلقى فى جوانب حياته

المختلفة وبذلك (يتجاوز حدود المكان وحدود الزمان) ونقصد بحدود المكان أن يتجاوز فى تطبيقاته المدرسة وإن شملها ، ونقصد بحدود الزمان أن يتجاوز فى تطبيقاته الحاضر وان تضمنه الى المستقبل .

وهناك صيغ وأساليب متعددة فى بناء برامج التدريب وتنفيذها .. ولكن هناك مبادئ عامة سوف نذكرها فيمايلى :

أولا : تحديد الهدف من التدريب .. وصياغته فى مفهوم أو مفاهيم واضحة ومحددة - وهذا هو الجانب التقريرى فى التدريب - أى أن يعرف المتدرب موضوع التدريب .. مثال لذلك دافع الانجاز . ماذا يعنى الدافع - ماذا يعنى دافع الانجاز ، إن تعريف المفهوم تمهيد أساس فى التدريب .

قد يكتفى بعض المدربين أن يكون المفهوم واضحا لديه وهذا لا يكفى لاستثارة دافع المتدرب حتى يصبح التدريب هدفا شخصيا يسعى لتحقيقه ان حماس المدرب أمر هام ولكنه يمكن أن يحول التدريب إلى مجموعة من النصائح قد يحترمها المتدرب ولكنها لا تصبح جزءا من خريطته وأدواته ، واستراتيجياته ، أى لا تحقق هدف التنمية المطلوب .

ثانيا : تحويل المفهوم الى ممارسات وإجراءات يلاحظها المتدرب فى نفسه وفى غيره .. بعد تقديم المفهوم وليكن دافع الانجاز .. يساعد المدرب (الاخصائى النفسى) التلاميذ على تحويله إلى ممارسات فى الواقع وقد يساعده فى ذلك تطبيق أحد المقاييس النفسية التى تقيس هذا المفهوم (كما سيرد فى الجزء الثانى من الدليل) ولأن المقياس عبارة عن مواقف يصف كل منها سلوكا فعليا يعبر عن المفهوم بصورة إجرائية ، فإن المقاييس النفسية تتيح للتلاميذ فرصة التأمل فى مفردات المفهوم ، وبمساعدة الاخصائى وباستخدام القياس التفاعلى (الدينامى) يتحول القياس إلى مناقشة تعمق فهم التلاميذ بالمفهوم ، وتدعوهم إلى الوعى بمدى امتلاكهم للصفات العقلية والوجدانية والسلوكية التى يعبر عنها المفهوم .

وقد يستخدم الاخصائى النفسى المناقشة إذا لم تتوفر لديه المقاييس النفسية . بأن يطلب من التلاميذ منفردين أو فى مجموعات صغيرة أن يعطوا أمثلة من شخصيات عامة يتحقق فيها دافع الانجاز .. وأخرى لا يتحقق فيها هذا الدافع .. ويطلب منهم تدعيم آرائهم بدليل . ويمكن أن يقوم التلاميذ فى خطوة تالية بإعطاء أمثلة من حياتهم الشخصية يتحقق فيها المفهوم أو لا يتحقق

ويقارنوا بين تفكيرهم ومشاعرهم وسلوكهم فى الحالتين ، وما حققوه من نتائج فى الحالتين .

الهدف من هذه الخطوة تعميق فهم التلميذ بالمفهوم الذى يقدمه التدريب ، وإثارة دافعيته لتنميته إذا كان ايجابيا أو مقاومته إذا كان سلبيا .

ومن التدريبات التى تساعد على تحقيق هذا الهدف أن يطلب الاخصائى من التلاميذ منفردين أو فى مجموعات صغيرة القيام بالتدريب الآتى :

أوصف سلوكك أو كيف تصرفت فى موقف كان لديك دافع انجازى قوى ...... وموقف أخرر كان لديك دافع انجازى ضعيف .

أوصف تفكيرك فى موقف كان لديك دافع انجازى قوى .... وموقف أخر كان لديك دافع انجازى ضعيف .

أوصف مشاعرك فى موقف كان لديك دافع انجاز قوى وموقف أخر كان لديك دافع انجازى ضعيف

ثم يناقش التلاميذ فى مجموعاتهم ، ثم مع الاخصائى ما قاموا به ويمكن أن يستمر التدريب لنقطة تالية مثال كيف كانت استجابة .... زميلك .. والدك .. معلمك فى الموقف الأول وفى الموقف الثانى .

كيف كانت مشاعر ....

كيف كان تفكير ....

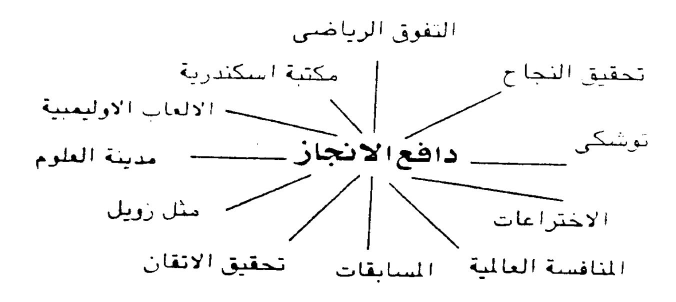
هذه التدريبات تتيح للتلاميذ التأمل فى مواقف حياتهم والتأمل فى تفكيرهم ومشاعرهم وسلوكهم ، وتقدير أوجه القوة وأوجه الحاجة للتعديل والتنمية كما تتيح لهم إدراك العلاقة بين سلوكهم واستجابة الأخرين لهم .

هذه المقارنة هامة لأنها تهيئ التلاميذ للخطوة التالية وهى تحديد أهدافهم من التدريب على أساس ما حققوه من وعى فى الخطوتين الأولى والثانية .

وهناك تدريب أخر يساعد التلاميذ على تعميق فهمهم كما فى المثال التالى : إذا كان موضوع التدريب دافع الانجاز فيقوم الاخصائى النفسى بكتابة دافع الانحاز فى وسط السبورة

أو فى وسط ورقة كبيرة ويطلب من كل تلميذ أن يكتب فكرة ترتبط بدافع الانجاز . **كما فى الشكل** التالى :

بعد انتهاء التلاميذ من كتابة افكارهم ، يدعو الاخصائى النفسى التلاميذ إلى تجميع الافكار فى فئات تبعا لما تبينها من علاقة ثم اعطاء كل فئة عنوان - ثم مناقشة ما اسفر عنه هذا النشاط من معان وأفكار . هذا التدريب يوضح المفهوم ويوضح علاقته بغيره من المفاهيم ، ويطرح نماذج إجرائية تعمق فهم التلاميذ وتعبر عن رؤيتهم .



ثالثاً : يقوم كل مشارك بوضع هدف شخصى يسعى لتحقيقه اثناء التدريب مستعينا بالخطوتين السابقتين .

على ضوء التدريبات والمناقشات والأنشطة السابقة يستطيع التلميذ أن يضع لنفسه هدفا واضحا - ونقصد بالوضوح أن يكون محددا فى بعض الصفات التى تميز دافع الانجاز سواء كانت فى التفكير كيف يفكر الشخص المنجز ، أو المشاعر كيف تكون مشاعر الشخص المنجز ، أو السلوك كيف يكون سلوك الشخص المنجز كما سيرد فى الجزء الثانى من الدليل ، المهم هنا أن يشجع الاخصائى النفسى التلاميذ على وضع أهداف محددة قابلة للتحقيق على ضوء الخطوتين السابقتين .

هذه الخطوة تحقق هدفا عاما هو تدريب التلاميذ على صياغة الأهداف ، وهدفا خاصا هو صياغة الهدف الخاص بالتدريب .

ويجدر بنا هنا أن نشير إلى بعض الشروط التى يجب أن تتوفر في الهدف حتى يكون قابلا للتحقيق ، ويقوم الاخصائى النفسى بتدريب التلاميذ عليها كمهارات لصياغة الأهداف بصورة عامة.

فيمايلى بعض الأمثلة لصياغة الأهداف بصفة عامة :

(١) التفوق الرياضى .

(٢) أحقق انجازا فى الرياضة .

(٣) سوف أذهب للتدريب الرياضى ثلاث مرات اسبوعيا بدلا من مرتين حتى احصل على عدد الساعات التى تؤهلنى للالتحاق بفريق المدرسة .

(٤) سوف أبذل وقت أطول فى التدريب حتى التحق بفريق المدرسة .

(٥) أريد أن التحق بفريق المدرسة الرياضى .

(٦) سوف أحقق شروط الالتحاق بفريق المدرسة الرياضى .

(٧) يختارنى الكابتن ضمن الفريق .

فالصياغة (٧) لا تصلح كهدف شخصى حيث تعتمد على شخص أخر . والهدف الذى يتضمن تفاصيل كثيرة مثل رقم (٣) (٤) يشتت صاحبه بين الهدف والخطة ويقيده بخطة قد لا تكون أفضل المتاح . أما الهدف (٥) فهو لا يعبر عن هدف بل عن رغبة وكذلك الهدف شديد الاختصار مثل (٢) لا يتيح لصاحبه ان يفكر فى مسار واضح .

أما الهدف شديد العمومية فهو غير قابل للتحقيق حيث يخلو من التوجه الواضح مثل الهدف (١) ، (٢) .

.. الهدف الجيد يتضمن ضمير المتكلم « أنا » .

يتضمن فعل مضارع

يتضمن هدف محدد

مختصر دون إخلال

يعطى معنى دون تفاصيل

الهدف رقم (٦) قد يكون افضلها (٦) .. لماذا ؟

ويمكن للاخصائى مساعدة التلاميذ على تحويل الأهداف التى وضعوها لانفسهم لأهداف قابلة للتحقيق بتدريبهم على الالتزام بالشروط السابقة . وبهذا يكتسب التلميذ مهارات صياغة الأهداف كمهارة أو استراتيجية عامة .

هذه هى المرحلة الأولى لوضع الهدف ويصاحبها تحديد ما يتوقع التلميذ انجازه على ضوء فهمه لموضوع التدريب ولنضرب مثالا على ذلك .

الهدف : أن أتقبل ذاتى لاقترب من صفات المحقق لذاته هذا الهدف يتوفر فيه .

فعل مضارع

نتيجة متوقعة

هدف محدد هو تقبل الذات

الهدف والنتائج

ويمكن التلميذ من تحليله بحيث يمكن ملاحظتها وتقييمها وتعديلها كما يتضح فيمايلى

* عندما اخطئ فإننى اناقش أسباب الخطأ حتى اتجنبها بدلا من لوم نفسى .
* عندما يوجه لى أحد اصدقائى جاملة اتقبلها ولا أقول له أنا لا استحقها .
* عندما أتكلم عن نفسى أمام الغير اتجنب وصف نفسى بصفات سلبية .
* اكون أكثر عدلا مع نفسى بأن أقلل من إتهامى لنفسى بأى خطأ يحدث .
* اكافئ نفسى حين أقوم بعمل يستحق المكافأة .

أهمية تحليل الهدف الكبير إلى اهداف صغيرة.

* وضع خطة صغيرة يتم تنفيذها فى زمن محدود .
* يمكن تحقيق نجاح قريب يشجع التلميذ على الاستمرار فى الخطة .
* الهدف الصغير يسهل ملاحظة نتائجه وتقييمها وتعديلها .
* الهدف الصغير مكون فى منظومة الهدف الاكبر ، ولذلك فإن النجاح فى تحقيقه يؤثر بالضرورة على تحقيق الهدف الأكبر .

رابعاً : ربط تحقيق الهدف بحياة التلميذ: ينبع الهدف الشخصى من شعور التلميذ بحاجة إلى تحقيقه ، وأهم ما يدعم سعى التلميذ للتنمية الذاتية أن يدرك العلاقة بين تغير تفكيره ومشاعره وسلوكه وما يصاحبها من تغير فى واقع حياته . ولذلك يدرب التلميذ على استخدام المفاهيم الجديدة والاستراتيجيات الجديدة فى حياته اليومية ، ويسجل ملاحظاته بصورة ما وهو بهذا يجيب على تساؤل هام لماذا أقوم بهذا الجهد ؟ وقد يساعد التلميذ أن يقوم الاخصائى بتوجيهه إلى ما يأتى :

كيف يؤثر تقبل الذات لديك فى علاقتك بنفسك

كيف يؤثر تقبل الذات لديك فى علاقتك باصدقائك .

كيف يؤثر تقبل الذات لديك فى مواقف الفشل .

كيف يؤثر عندما تناقش موضوع تختلف فيه فى الرأى مع زملائك

كيف يؤثر فى خطتك لقضاء لاجازة نهاية الأسبوع

كيف يؤثر فى مشاركتك فى الفصل

فى هذه الخطوة يقدم الاخصائى مفهوم الأدوار الاجتماعية إذ أن المواقف السابقة تنصب على قيام التلميذ بادوراه الاجتماعية المختلفة . وقد يرى الاخصائى أن يبدأ بتعريف الأدوار الاجتماعية ثم يحللها لمواقف . ما هى الأدوار التى تقوم بها فى حياتك .

ابن - أخ - أخت - حفيد - جار - زميل - صديق - عضو ناد رياضى - جار - مواطن مصرى - عضو فريق الموسيقى - تلميذ فى مدرسة ، كل دور من هذه الأدوار وغيرها له أهمية خاصة فى الحياة ، وبالتالى يعتبر النجاح فى هذه الأدوار مجتمعة دليلا على نوعية الحياة أو كفاءة الحياة .

هناك أدوار أكثر أهمية من غيرها وهناك أدوار ننجح فيها أكثر من غيرها - ولكن كل الأدوار هامة لأنها تؤثر فى بعضها البعض -- ولذلك فإن المفاهيم والاستراتيجيات التى تساعدنا على القيام بادوارنا الاجتماعية بكفاءة تساعدنا فى نفس الوقت على الاقتراب من نموذج تحقيق الذات .

خامسا : التدريب على بعض المهارات والاستراتيجيات التى تساعد التلميذ على تحقيق أهدافه يصاحب صياغة الهدف أفكار ومشاعر متعددة تدور حول كيفية تحقيق الهدف ، ومعوقات تحقيق الهدف ، ومدى أهمية هذا الهدف ؟ هل يستحق الهدف ما يبذله المتدرب من جهد ؟ كيف يسهم هذا التدريب فى مساعدة المتدرب على تحقيق الهدف ؟

هذه الأسئلة وغيرها تمهد الطريق أمام المدرب لتقديم أهم المهارات والاستراتيجيات التى تساعد المتدرب على تحقيق الهدف .

ويجب أن تذكر أن هناك فروقا بين الأفراد فيما يفضلونه من المهارات والاستراتيجيات ، ولذلك يقوم الاخصائى النفسى بتقديم العديد منها حتى يتيح للتلاميذ اختيار ما يناسبهم .

والدارس للاستراتيجيات المعرفية والوجدانية يجد كماً هائلا ، نكتفى منه باكثر الاستراتيجيات شيوعا .

تاسعاً : أمثلة لبعض الاستراتيجيات التى يمكن للأخصائى الاستعانة بها

(١) **الحوار الذاتى** : تدريب التلميذ على ملاحظة حواره مع نفسه له أهمية كبرى ، فإذا كان الحوار سلبيا فانه يدفع التلميذ نحو الاتجاه السلبى ، وإذا كان ايجابيا فانه يدعوه لمواجهة الموقف وتحقيق الهدف .

مثال للحوار السلبى : بعد أن يضع التلميذ هدفا فى التدريب السابق يلاحظ ما يقوله لنفسه : اعتقد أن هذا الأمر لا معنى له ، وأنا قانع بما أنا عليه ، ولا أريد أن اغير شيئا فى حياتى ، ومن قال اننى أريد أن اكون منجزا ، انا سعيد كما أنا .

إذا لم يتدرب التلميذ على ملاحظة حواره مع نفسه فسوف لا ينتبه إلى تاثير هذا الحوار السلبى ، بل سيعتقد أن هذه هى حقيقة الموقف .

وإذا ما اكتسب مهارة ملاحظة الحوار الذاتى فسوف يستطيع أن يوقفه ، أو ينتبه لتاثيره السلبى ، أو يستبد له بحوار إيجابى .. وسوف نناقش ذلك فى الجزء الثانى من الدليل .

(٢) **التعزيز الذاتى** : يرتبط التعزيز الذاتى بتقدير التلميذ لنفسه ، وتقديره لما يبذل من جهد وما يحققه من نجاح ، والتعزيز الذاتى هو مكافأة الفرد لنفسه لقيامه بجهد فى سبيل تحقيق أهدافه ، ويلاحظ هنا أن المكافأة ترتبط بالجهد وليس بالضرورة بالنتيجة . والتعزيز الذاتى هام وأساسى ، حيث أن التدريب يتطلب تغييرا ، وهذا التغيير يتطلب جهدا ، وقد ينجح وقد لا ينجح ولذلك فان تدريب التلميذ على تقدير الجهد والتعزيز الذاتى عامل مهم فى التغيير الذاتى .

يضاف إلى ذلك أن التعزيز الذاتى يجعل التلميذ أكثر استقلالا وأقل اعتمادا على الغير كمصدر للتدعيم ، وهذا يعطيه مزيدا من الثقة بالنفس ومزيدا من الحرية الرشيدة .

(٣) **تنظيم الذات** : هذه استراتيجية مركبة تتضمن ملاحظة الذات ، والحوار الايجابى مع الذات ومراجعة الذات ، وتعديل المسار أو تغيير الوجهة بناءا على معايير يضعها التلميذ لنفسه ، أو أهداف يسعى لتحقيقها مثال : تلميذ يدعو آخر للتدخين ، مرة واحدة فقط للتجربة . الحوار بين التلميذ ونفسه قبل ان يقول نعم أولا .. توقع النتائج المترتبة على التدخين .. الرجوع للمعايير والقيم التى يحترمها .. إذا تم تدريب التلميذ على استراتيجية تنظيم الذات سوف يلجأ لتوظيفها فى المواقف التى تتطلب اتخاذ قرار فى حين أن التلميذ الذى لم يتدرب على كل خطوات تنظيم الذات يكون احتمال اندفاعه نحو القبول أكبر ويمكن توظيف تنظيم الذات فى وضع خطط طويلة لتحقيق هدف باتباع نفس العمليات السابقة .

(٤) **تحليل مواقف التفاعل** : ان تدريب التلميذ على تحليل المواقف مهارة هامة ، حيث يمر بمواقف متعددة ومتنوعة ومتجددة ، وعليه أن يتخذ قرارا بشأنها ، هل هى مواقف هامة ، هل هى مفيدة ، ما الجوانب الايجابية ، وما الجوانب السلبية ، تدريب التلميذ على تحليل المواقف يجعله قادرا على استخلاص العناصر الهامة فى الموقف ، فيستطيع أن يتعامل معه بكفاءة ، وكذلك فإن تحليل الموقف يساعد التلميذ على التعرف على أوجه القصور فى الموقف .أو أوجه القصور لديه والتى عليه أن يستوفيها لمواجهة الموقف بنجاح . ونعطى مثال : تلميذ اختلف مع صديقه حول موضوع ما .. يمكن أن يغضب ويقاطع صديقه - ممكن أن يتسامح ويمكن ان ينسحب .. وفى جميع الأحوال يكون القرار عفوى وغير منطقى إذا لم يكن نتيجة تحليل الموقف .. ما الذى تسبب فى الخلاف ، هل موضوع الخلاف يهمنى .. هل الاسباب التى ذكرتها حقيقية ؟ هل لدى دليل أدعم به رأيى .. هل تعمد صديقى اثارة غضبى .. هل الموقف هو السبب الحقيقى لغضبى .

(٥) **التغذية الراجعة** : تدريب التلاميذ على الاستفادة مما يقدمه المدرب والمعلم من تغذية راجعة - والتغذية الراجعة هى تحليل ووصف سلوك التلميذ مما يساعده على الوعى بجوانب القوة وجوانب القصور ، وبالتالى اتخاذ قرار بشأن تعديل سلوكه أو الاستمرار فيه .

(٦) **لعب الأدوار** : وفيها يقوم الأخصائى بتصميم موقف من عنده ، أو موقف خاص بأحد التلاميذ ، وتوزع أدوار الموقف بين التلاميذ تبعا لخطة يتفق عليها . ويقوم الاخصائى بتنشيط الحوار ويترك للتلاميذ التفاعل الحر . ويمكن أن يتدخل بالتفسير أو التساؤل أو تعديل المسار اذا

وجد أن التفاعل لا يحقق الهدف منه - ولنضرب مثالا على لعب الأدوار - موقف خلافى حدث فى الفصل بين المعلم وأحد التلاميذ ، حول تكرار غياب هذا التلميذ - فى هذه الحالة يصمم الاخصائى النفسى الموقف بحيث يقوم أحد التلاميذ بدور المعلم ، وقد يكون التلميذ صاحب المشكلة ، ويقوم آخر بدور صاحب المشكلة .. وقد يرى اضافة شخصيات مساعدة .. وتبدأ كل شخصية فى القيام بدورها بتوجيه من الاخصائى ويساعد لعب الأدوار على تبين وجهات نظر مختلفة ، وإعادة ادراك الموقف بصورة جديدة تساعد فى حل المشكلة .

(٧) **التساؤل** يعد التساؤل من الاستراتيجيات الهامة فى الحصول على معلومات ، أو فهم العلاقة بين الظواهر ، أو تنظيم الذات ، أو حل المشكلات ، أو التخيل .. الخ وكلها استراتيجيات هامة أساسها التساؤل ، فكما يقول بعض الباحثين أن التساؤل أساس التفكير - تتنوع أهداف التساؤل كما تتنوع العمليات العقلية والوجدانية التى ينشطها ويمكن تصنيف أهداف التساؤل الى الحصول على بيانات :

من الذى كسب المباراة

متى يبدأ التوقيت الصيفى

أين تقضى عطلة الصيف

ماذا تعرف عن توشكى

فهم العلاقات والأسباب :

لماذا تريد الالتحاق ببرنامج التدريب

كيف تنظم وقتك

الخيال :

ماذا يحدث لو أصبح العام الدراسى طول السنة

ماذا يحدث بعد أن تتحول جميع السيارات إلى استخدام الغاز

ان تدريب التلميذ على توجيه اسئلة لنفسه ولغيره ، ينشط تفكيره ويتيح له التوصل لبدائل متعددة للسؤال الواحد مما يدعم لديه الخيال والمرونة ويعطيه فرص أكبر للتعلم والخبرة .

(٨) **التفكير فى التفكير** : ان تنمية المهارات والاستراتيجيات المعرفية الوجدانية الاجتماعية تتضمن أن يقوم التلميذ بعمليات معينة ومقصودة من اجل تحقيق هدف معين . وأن يلاحظ نفسه

أثناء قيامه بهذه العمليات ويلاحظ أنها تحقق الهدف منها وتساعده على التقدم فى خطته ، أو يلاحظ أنها لا تحقق الهدف ولا تساعده على التقدم فى خطته فيعدلها أو يغيرها أو يتوقف ويستعين بالوسيط ، أو يدرك أن مصدر الفشل هو الهدف الأصلى فيعد له أو يغيره .. هذا ما يقوم به أى شخص فى حياته اليومية ولكن بصورة جزئية وعفوية .. أما فى تدريب التلميذ على التفكير فيما يفكر فيه فتتحول هذه العملية إلى عملية مقصودة من ناحية وعملية شاملة من ناحية أخرى وكأن هناك من يلاحظ ويوجه من الداخل - هذه الاستراتيجية أساسية فى التنمية لأنها تمكن التلميذ من ملاحظة أدائه وتحليله إلى عمليات تساعده أن يعدله بنفسه أو يطلب مساعدة الوسيط . والتفكير فى التفكير استراتيجية عامة يستخدمها التلميذ فى جوانب نشاطه المختلفة سواء داخل المدرسة أو خارجها ، فى المهام التعليمية أو الاجتماعية أو الوجدانية . من أهم الاستراتيجيات التى تساعد التلميذ على التفكير فى التفكير ان يتدرب على التساؤل الذاتى ، ماذا أفعل ، هل ما أقوم به يحقق الهدف ، هل حللت الموقف تحليلا جيداً ؟ ما دليلى أننى اتقدم ، هل احتاج أن اطلب مساعدة ، ممن اطلب المساعدة ؟ هل أحاول مرة ثانية أم اتوقف ؟ ما مصدر الخطأ الذى حدث ؟ كيف أعد له ؟ هل هدفى واقعى أم يحتاج مراجعة ؟ ماذا على أن افعل فى الخطوة التالية ؟ هل أنا سعيد بما أقوم به ؟ هل .. الخ هذه التساؤلات الموجهة التى تتيح للتلميذ أن يساعد نفسه ويعدل مساره .

(٩) **التعلم الانتقالى** : الهدف من أى تعليم هو تغيير رؤية المتعلم لذاته ولبيئته ، حتى يصبح أكثر وعيا بإمكاناته وامكانات البيئة وبالتالى أكثر تمكنا من التواؤم والتوافق . وبالتالى فإن التعليم يزود المتعلم بالخبرات والمهارات التى يستخدمها خارج حدود الموقف التعليمى وهذا هو التعلم الانتقالى ، نحن نتعلم أحداث التاريخ لنستخلص مبادئ عامة نطبقها فى حياتنا اليومية . ونتعلم فى الأدب أحداث اجتماعية تستخلص منها مبادئ عامة نطبقها فى حياتنا اليومية ، وهكذا فى أى جانب من جوانب المعرفة - هذا التعلم الانتقالى أو انتقال الخبرة لا يتم بصورة تلقائية ، وإنما يتم حين يدرب الوسيط الاخصائى التلاميذ على استخلاص المبادئ العامة وعدم الاكتفاء بالتفاصيل الجزئية ، لأن التفاصيل ترتبط بموقف محدد ، أما المبادئ العامة فتنتقل من موقف لآخر ولنضرب مثالا على ذلك : أن نتعلم من التاريخ أحداث تتميز بالنجاح والتقدم ، وأخرى يغلب عليها الفشل أو التفكك - يمكن تحليل الأسباب وراء هذه الأحداث لنستخلص أن

هناك استراتيجيات اتخاذ القرار تختلف فى الحالة الأولى عنها فى الحالة الثانية ، ويكون السؤال هنا كيف ينطبق ما توصلنا إليه من درس التاريخ فى حياتنا اليومية أى كيف نطبق استراتيجيات إتخاذ القرار القرارات الايجابية . يحدث هذا فى كل فصل دراسى ولكن فى برامج التدريب تكون الفرصة أفضل حيث يتاح وقت أطول للتحليل والاختلاف والاتفاق والتعبير عن المواقف الشخصية بما يرسخ الاستراتيجية .

(١٠) **النشاط المنزلى** : يعتبر النشاط المنزلى مهمة أساسية لا يكتمل التدريب بدونها ، فهى تتيح للتلميذ أن يجرب ما تعلمه من مفاهيم ومهارات واستراتيجيات فى مواقف حياته اليومية واختبار فاعليته فى تحقيق أهدافه .

وغالبا ما ينهى الاخصائى النفسى حصة التدريب أو جلسة التدريب بالاتفاق مع التلاميذ على بعض التدريبات أوالتطبيقات التى تمت أثناء الجلسة ، وغالبا ما تبدأ الجلسة التالية بمراجعة النشاط المنزلى .

وتعتبر المناقشة حول النشاط المنزلى وسيلة جيدة للتلميذ والاخصائى لتقييم ما تحقق من تقدم والانتباه إلى النقاط التى تتطلب الانتباه إليها .

بعض الأدوات التى تساعد التلاميذ على تثبيت ما اكتسبوه من معرفة واستراتيجيات وخبرات

تثبيت المعلومات

أن اكتساب معلومات أو استراتيجيات أو خبرات جديدة يتطلب جهدا وتركيزا على الهدف، وقد يساعد الاخصائى التلاميذ على تسجيل خبراتهم الجديدة التى يكتسبوها من خلال التفاعل بينه وبينهم بأن يسجلوا ما يروه جديدا بالتسجيل. ثم يتبادلوا هذه التسجيلات فيما بينهم، ويمكن ان تكون بداية نقاش. وهنا ينتبه الاخصائى النفسى إلى المعنى الذى يكسبه لهذا التدريب بحيث لا يختلط بالمعنى التعليمى التقليدى. بل هو أقرب للتدريب والتأمل وتعميق الخبرة والا تحول التفاعل إلى درس تقليدى وتحول النشاط إلى تلخيص المعلومات من أجل حفظها.

معلومات جديرة بالتسجيل	ملخص للأفكار الأساسية (المفتاحية)
ترتبط هذه المعلومات فى ذهنى بالخبرات الآتية أو الصور الآتية	اسئلـــة

تسعى التوعية النفسية ضمن اهدافها إلى تعديل المعلومات الشائعة عن المفاهيم النفسية بما يساعد التلميذ على التنمية الشخصية وقد يرى الأخصائي عند بدء مهمة ما، أن يثير إهتمام التلاميذ وانتباههم بما يقدمه، كما يساعدهم على التأمل فيه ونرفق نموذج قد يساعد الاخصائي في تحقيق هذا الهدف. فإذا كان الموضوع الذى يتناوله عن الذكاء مثلا يطلب من التلاميذ ان يذكروا ما يعرفوه عن الذكاء .... وما يريدوا أن يعرفوه وبعد انتهاء الوحدة التى يقدمها وقيام التلاميذ ببعض الانشطة والتدريب على بعض الاستراتيجيات نطلب منهم ان يكملوا العامود الثالث تعلمت ثم يساعدهم على المقارنة بين معلوماتهم قبل التدريب وبعده عن الذكاء...... وكيف يوظفوا الخبرات الجديدة فى حياتهم اليومية.

تعلمت	أريد أن اعرف	اعرف
ماذا تعلمت؟ أرجع لهذا العامود لتسجيل ما تعلمته كنتيجة لاستكمال الأنشطة التى تتضمنها هذه الوحدة.	ماذا تريد أن تعرف عن .... أذكر ما يثير اهتمامك، وعد لهذا العمود كلما تقدمت فى الدراسة	ماذا تعتقد انك تعرفه عن .... اكتب افكارك فيما يلى

مثال: لخطوات تنمية استراتيجية الحوار الايجابى مع الذات

كيف تستطيع أن تتعرف على افكارك السلبية وتقاوم تأثيرها على حياتك لتفسح لنفسك طريقاً نحو حياة إيجابية.

* كيف يستطيع العقل البشرى أن يحيل الجنة إلى جحيم والجحيم إلى جنة.
* كيف تحول الحوار بينك وبين نفسك من حوار هدام إلى حوار بناء - إنه اختيارك فى المقام الأول.

قدمت المدرسة الابتدائية أساساً نظريا لما لدى الإنسان من إمكانات لا ينتبه إلى وجودها ولا يتسفيد منها - وفى ضوء ما قدمته هذه النظرية ظهرت مفاهيم متعددة حول ما لدى الإنسان من قدرة على النمو الذاتى والتعديل الذاتى للسلوك والتفكير بمعناه الواسع المعرفى الوجدانى. وظهرت مفاهيم مثل التحكم فى الذات - إدارة الذات - تنظيم الذات وكلها مؤداها أن الإنسان ليس سلبياً تماماً امام مجريات الحياة وأن له دور فى إدراك ذاته وإدراك ما حوله.

تقوم نظرية القيادة الداخلية (قيادة الذات) على أهمية بناء نموذج ذاتى للتفكير البناء الإيجابى ، فالإنسان خلال حياته يكون عادات هى أساليب على درجة من الاتساقاى الثبات النسبى فى استجاباته لمواقف الحياة المترة - هذه العادات بعضها إيجابى بيسر للإنسان حياته، وبعضها سلبى يضعه فى مواقف يصعب مواجهتها.

هذه العادات ذات قيمة نسبية، فبقدر ما تحقق لصاحبها من نمو ونتائج إيجابية تعتبر إيجابية، وبقدر ما تورط صاحبها فى مشكلات أو تعوقه عن تحقيق أهداف إيجابية بقدر ما تعتبر سلبية. نفس الشيء يصدق وينسحب على نماذج التفكير أى أسلوب الفرد فى إدراك المواقف والبشر ومعالجته لها - فهناك نماذج ايجابية فى التفكير وأخرى سلبية ولا نقصد التصنيف الثنائى بل التصنيف النسبى.

وقد تناول كثير من الباحثين دراسة هذه النماذج من منطلقات متعددة وقد سبق نظرية التجديد والتجويد كأسلوب فى التفكير ونذكر فيما يلى ما قدمه مانز ١٩٩٢ حين صنف النماذج الفكرية إلى "التفكير فى الفرص مقابل التفكير فى المعوقات" - إن الفرد الذى يغلب على تفكيره التفكير فى الفرص يركز على الأساليب البناءة فى معالجة مواقف التحدى، وعلى العكس نجد الفرد الذى يغلب عليه التفكير فى المعوقات يركز على الجوانب السلبية التى تدعم لديه ضرورة الانسحاب والهروب . وتشير البحوث إلى أن الفريق الأول أكثر حرصاً على بذل الجهد والنجاح.

لنا أن نتصور شخصين طلب منهما رئيس العمل القيام بإعداد تقرير عن موضوع ما - كيف يدرك الأول المسئولية باعتبارها فرصة للنجاح وخدمة المؤسسة. فى حين يراها الثانى موقفاً سوف ينتهى بالفشل ويعرضه للمساءلة. أو تلميذين طلب منهما المعلم القيام بنشاط ما، فادركه الاول فرصة النجاح وادركه الثانى تهديدا بالفشل.

توقف هنا وضع نفسك فى هذا الموقف كيف تكون استجابتك؟ هل أنت راض عنها؟ هل تساعدك على تحقيق اهداف ايجابية؟ نحو نفسك ونحو أسرتك ونحو اصدقائك؟

تشخيص التفكير المعوق

يرى كثير من الباحثين فى مجال علم النفس أن معظم مشكلات الحياة تبدأ من التفكير غير الكفء أو التفكير المعوق أى التفكير الذى يؤدى بصاحبه للشعور بعدم الكفاءة والذى يؤدى فى الحالات الحادة إلى الاكتئاب. وقد حصر بيرنز ١٩٨٠ عشرة أشكال للتفكير غير الكفء (التفكير المعوق. نعرضها فيما يلى كى نساعد على ملاحظتها والوعى بها ومقاومتها. واستبدالها بأساليب إيجابية:

١- الكل أو لا شيء : إدراك المواقف فى شكل مطلق: أبيض - أسود - مثال لذلك. اذا كانت نتيجة موقف ما ليست كما يريدها الشخص تماماً يعتبر هذا الموقف فشلا تاماً.

٢- المبالغة فى التعميم : اذا فشل الفرد فى موقف ما يتوقع أنه سوف يفشل فى المستقبل فى كل المواقف المشابهة.

٣- التركيز على الفشل : اذا كان موقف ما يتضمن جوانب إيجابية، وجوانب سلبية فانه يركز اهتمامه على النقطة السلبية وبذلك يشوه الحقيقة.

٤- التقليل من قيمة الايجابيات : لا ينظر إلى الخبرات السعيدة الناجحة والحقيقية.

٥- القفز الى النتائج : يتوقع نتائج سلبية للمواقف حتى دون أن يتوفر لديه الدلائل الواقعية لذلك.

٦- المبالغة والتغاضى: يبالغ الإنسان فى أهمية الجوانب السلبية ويتغاضى عن أهمية الجوانب الايجابية.

٧- منطق العواطف : يفسر الواقع من منظور سلبى.

٨- كان يجب : يوجه لنفسه حواراً يبدأ كان يجب على أن أفعل - كان يجب على الا افعل... فيشعر بالقصور والعجز.

٩- إعطاء صفات سلبية لنفسه ولما يفعله وللعالم حوله من البشر والمواقف أنا مقهور - إنهم

* هل واجهت صعوبة فى ذلك؟ ماهى الصعوبات التى واجهتها؟ كيف تغلبت عليها؟ هل تغير سلوكك أو تفكيرك أو مشاعرك نتيجة لذلك.

كيف.

سجل فى جدول الأفكار الايجابية والسلبية.

أفكار ايجابيـــة	افكار سلبيـــة

* استمر فى قيادة تفكيرك وحوارك الداخلى وتصوراتك الذهنية. واحتفظ بالأفكار والإدراك الإيجابى الذى تتوصل اليه.

يمكن للأخصائى النفسى الاستعانة بمبادىء النظرية العقلانية - لمناقشة " اسلوب الفرص وأسلوب المعوقات " وقد يستخدم استمارة لملاحظة الذات.

* كم مرة فكرت اليوم فى أفكار ايجابية (فرص) وكم مرة فكرت اليوم فى افكار سلبية (معوقات).
* كيف أثرت الافكار السلبية على تفكيرك ومشاعرك وسلوكك؟
* كيف أثرت الافكار الايجابية على تفكيرك ومشاعرك وسلوكك؟
* هل استخدمت استراتيجيات مناسبة لتحويل الأفكار السلبية إلى افكار إيجابية.

المدخل العقلانى كاستراتيجية فى تنمية الامكانات البشرية

سبق أن ذكرنا أن الشخصية هى نتيجة تفاعل عوامل خاصة بالفرد امكاناته الالعقلية والوجدانية ، وعوامل خاصة بالبيئة كأسرته ومدرسته ومجتمعه .. وأنه من خلال هذا التفاعل يبنى مفاهيمه عن نفسه وعن بيئته ، ويكتسب أدواته فى التفاعل . وأشرنا إلى أن كفاءة الفرد تتحدد بكفاءة هذه الأدوات - وأن برامج التدريب تهدف لرفع كفاءة هذه الأدوات المعرفية والوجدانية والاجتماعية - وهنا نقدم مدخل التفكير العقلانى وهو فلسفة تهدف إلى تشخيص الأفكار التى يتبناها الفرد وتؤدى إلى اخطاء فى إدراكه لنفسه ولغيره ولبيئته لأنها افكار غير عقلانية وبعد تحديد هذه الأفكار تضع فلسفة المدخل العقلانى منهجا لدحض وتفنيد هذه الأفكار غير العقلانية حتى يستطيع الفرد أن يعيد ادراكه لنفسه لواقعه إدراكا عقلانيا ايجابيا . ونظرا لأن هذه النظرية تهدف إلى مساعدة الفرد ليساعد نفسه فإننا نلتزم بخطوات بسيطة واضحة يمكن للاخصائى النفسى تقديمها للتلاميذ .

يبدأ المنهج العقلانى بتحديد أحد عشرة فكرة غير عقلانية تعوق إدراك الفرد للواقع وبالتالى تعوق توافقه وتؤدى إلى تصعيد مشكلاته هذه الأفكار غير العقلانية هى :

(١) من الضرورى أن أكون محبوبا من جميع من يعرفنى .
(٢) لابد أن اكون ناجحا وكفأ ومنجزاً فى كل جوانب الحياة حتى أشعر أننى ذو قيمة .
(٣) ان هناك اشخاص اشرار ولابد من عقابهم بشدة .
(٤) لابد أن تسير الأمور كما ارجو وأتمنى وإذا حدث غير ذلك فهى مصيبة كبرى .
(٥) ان الانسان لا حيلة له فيما يعانيه من شقاء ، وليس لديه ما يساعده على رفع هذا الشقاء أو منعه .
(٦) إذا كان هناك خطر يحتمل أن يتعرض له الانسان ، فلابد أن يظل فى حالة توجس .
(٧) من الأسهل على الانسان أن يتجنب مصاعب الحياة ، أن يواجهها .
(٨) يجب ان يجد الانسان شخص أقوى لانه يحتاج لمن يعتمد عليه .
(٩) تظل أخطاء الماضى تلاحق حاضر الانسان ومستقبله وتؤثر عليه .
(١٠) لابد أن يتعذب الانسان لعذاب الآخرين .
(١١) هناك حلول صائبة ودقيقة وكاملة لمشكلات البشر ، فإذا لم يتوصل الانسان لهذه الحلول وقع فى التهلكة .

يرى اليس أن أى مشكلة تبدأ من موقف يدركه الانسان على ضوء ما لديه من معتقدات وأفكار وقيم ولتقل وأفكار غير عقلانية على ضوء هذا الادراك يكون استجابة الفرد الانفعالية والسلوكية (١) لدينا موقف (٢) لدينا أفكار ومعتقدات (٣) لدينا نتائج .

ويرى اليس أن النتائج تتغير إذا تغيرت الأفكار والمعتقدات وليس بتغير الموقف المسبب لها

- لنضرب مثالا على ذلك من مواقف الغضب :

وعدتنى صديقتى ان تأتى لزيارتى مساء الخميس ، وبناءاً على ذلك لم أخرج مع أسرتى

انتظاراً لها - وطال انتظارى ولم تحضر - وفى المساء اتصلت لتعتذر .

إذا كان لدى أفكار غير عقلانية مثل الفكرة رقم (٣) ، (٤) ، (٥) فاننى أشعر أنى اكاد أجن من هذا التصرف غير المسئول - انها حرمتنى من الخروج مع أسرتى ، وافسدت خططى ، وهى سيئة وتعنى جرح مشاعرى ، ولا حيلة لى فى معالجة هذا الموقف فما حدث قد حدث .

هذا التفكير يؤدى بصاحبه إلى الأم ومشكلات كثيرة .

لنفرض أن هذه الصديقة بدلا من افكارها غير العقلانية قد نجحت فى استبدالها بأفكار عقلانية ، وهذا لا ينفى ولا يعنى أنها لا تغضب من سلوك صديقتها ولكن يعنى أنها تتفهم أن الحياة تحمل الخبرات السعيدة وغير السعيد ، ومن الطبيعى ان يصادف الانسان ما لا يريده ، وان الانسان لانه انسان يكون على صواب احيانا وخاطئاً احيانا أخرى ولذلك فصديقتى ليست شريرة ، وأن الخبرات غير السعيدة مثل عدم الخروج مع الأسرة تحدث وسوف تعوض فى المستقبل .

هنا نجد أن هذه الصديقة تفهمت الموقف وعليه استطاعت أن تواجهه أو تعالجه أو تتجاوزه دون مشاعر سلبية نحو نفسها ونحو صديقتها ونحو الحياة .. هذه العملية تتوقف على تدريب الفرد أن يحلل الموقف .

هذه الافكار كفيلة بأن تحيل حياة أى انسان إلى سلسلة من المشكلات ، ولذلك يقترح البرت اليس صاحب هذه النظرية منهجا لمواجهتها وتفنيدها والتغلب عليها ، والجدير بالذكر أن كل انسان لديه بعض هذه الأفكار ، تؤثر عليه فى بعض المواقف أو فى بعض الأوقات ، ويقدر شدة واستمرار تاثيرها ، بقدر معاناة الانسان من المشكلات وبعده عن التوافق .

ولذا نعرض فيمايلى الخطة التى يقدمها إليس لمواجهة هذه الأفكار غير العقلانية .

ويتبين الجانب غير العقلانى فيه ويفقده أى دليلا على ان أى موقف يحتمل بدائل متعددة فى إدراكه وتفسيره الفكرة غير العقلانية ، فليس بالضرورة أن تقصد صديقتى ايذائى وليس بالضرورة ان الحل الوحيد هو مقاطعتها .

هذا التفنيد يتيح للفرد إعادة رؤيته للموقف بصورة بناءة مستعينا بالاستراتيجيات تفنيد الحجة السلبية وإقامة حجة أكثر ايجابية ، وهذا لا يعنى الغاء المشاعر السلبية أو الغاء الشعور بالغضب وانما يعنى التحكم فى هذه المشاعد حتى لا نتحكم فى حياتنا وتدرمرها .

مثل هذا التدريب يساعد التلاميذ ، وينمى لديهم مهارات الوعى بالذات ، والحوار الايجابى مع الذات ، ووضع الانسان نفسه مكان الآخر ، والتفكير فى بدائل وليس التفكير فى بديل واحد ... الخ

وكلها استراتيجيات بناءة يستطيع الاخصائى توظيفها فى برامج التدريب ، والارشاد ، والمحاضرات .

عاشراً : التعاون بين الاخصائى النفسى والمعلم فى تصميم تنفيذ برامج التدريب :

ان الطفرة التى تحققت نتيجة لدراسات المخ ودراسات العلوم النفسية والتربوية قدمت رصيدا هائلا من برامج التدريب التى تهدف إلى تنمية مهارات التفكير بتدريب التلاميذ على الاستراتيجيات والعمليات المعرفية الوجدانية . وتختلف هذه البرامج تبعا لرؤية من يصممها هناك برامج للتفكير الابداعى ، لتنمية الخيال ، للسلوك التوكيدى ، للسلوك الذكى .. الخ .

وهناك منحى أخر وهو التركيز على عدد معين من العمليات باعتبارها العمليات الأساسية فى التفكير أى التى تدخل فى كل أشكال ومستويات التفكير . يمثل هذا المنحى برامج متعددة نذكر منها برنامج مارزانو فى « ابعاد التعلم » ويهمنا منه العمليات النمائية التى يقدمها باعتبارها العمليات الأساسية فى التفكير ، فإن اتقنها المتعلم فقد حقق خطوات واسعة نحو عادات العقل المنتجة . وفيمايلى نذكر تلك العمليات النمائية :

المقارنة ، التصنيف ، التجريد ، تحليل الخطأ ، الاستقراء ، الاستنباط ، بناء الأدلة المدعمة ، تحليل الرؤية الشخصية .

وهناك خمس عمليات أكثر تركيبا لأنها تستخدم العمليات السابقة وتبنى عليها :

الاستقصاء ، البحث التجريبى ، حل المشكلات ، الاختراع ، اتخاذ القرار .

وكما سبق ان ذكرنا أن هذا البرنامج يمكن تطبيقه بالتعاون بين الاخصائى النفسى والمعلمين، فى هذه الحالة يتم دمج العمليات فى نسيج الدروس المختلفة ، وهو اتجاه أخر للتنمية البشرية يستثمر التعاون بين الاخصائى النفسى والمعلم ، يحقق التوازن المنشود بين المعلومات والعمليات المعرفية والوجدانية والاجتماعية ، ويستخدم هذا المنحى فى برامج تنمية التفكير الابداعى ، واكتشاف وتنمية المواهب .

وفيه تحظى العمليات المعرفية باهتمام المعلم كما تحظى المعلومات - ويتم التدريب عليها بصورة قصدية معلنة ومباشرة مثال لذلك :

حين يقدم المعلم موضوعا فى مادة الأحياء ، يطلب من التلاميذ أن يستخدموا عملية « التصنيف » ويقوم هو بشرح عملية التصنيف وخطواتها ثم يقوم بعمل نموذج للتصنيف الجيد

ونموذج آخر للتصنيف غير الجيد - ثم يطلب من التلاميذ استخدام التصنيف فى تعميق فهم الدرس الذى يقدمه لهم ، ثم فى موقف آخر يرتبط بالدرس ولكن ليس جزءا منه ، ثم فى موقف من خارج الاطار التعليمى .

هنا تعلم التلميذ عملية التصنيف واستخدمها لتعميق فهمه للمادة - نحن نستخدم عملية التصنيف بتلقائية فى حياتنا اليومية ولكن لا نستخدمها بكفاءة ، ولا نستخدمها استخداما مقصودا وهى عملية تتطلب عمليات أخرى كالملاحظة الدقيقة ، وادراك التشابه والاختلاف ، وترتيب الأهمية النسبية للصفات ... الخ لهذا فهى تتطلب التعاون بين المعلم صاحب المادة العلمية والاخصائى النفسى وسيط التدريب ، ومهمة الاخصائى النفسى هنا هى التعاون فى اعداد المادة والتدريبات وتقديم المساعدة المطلوبة . وما يصدق على برنامج « مارزانو » يصدق على التدريب بصفة عامة .

الجزء الثانى

نماذج تطبيقية لمهام الاخصائى النفسى

قدمنا فى الجزء الأول من هذا الدليل الأسس والمبادئ التى تساعد الاخصائى فى القيام بمهام عمله المختلفه ونلخص هذه الاسس فيما يلى

أولا : أهداف التعليم باعتبارها أهداف الاخصائى النفسى

ثانيا : الأسس النظرية لمهام الأخصائى النفسى وهى النظرية الانسانية - النظرية المعرفيه - نظرية النظم

ثالثا : التوجة الايجابى الذى يحدد مسار هذا الدليل

رابعا : مهام الاخصائى النفسى التى تدل فى تنوعها على تنوع حاجات التلاميذ

خامسا : معايير الجوده المهنيه لمهام الاخصائى النفسى

سادسا : الخطوات العامه لاعداد المهام

سابعا : أدوات يستعين لها الاخصائى النفسى

ثامنا : اعداد وتطبيق برامج التدريب

تاسعا : استراتيجيات مقترحة تساعد الاخصائى النفسى فى القيام بمهامه

عاشرا : التعاون بين الاخصائى النفسى والمعلم فى إعداد وتنفيذ برامج تنميه المهارات المعرفيه والوجدانيه والاجتماعية .

الهدف من تقديم هذه الاسس هو بناء أو تدعيم المفاهيم العلميه التى تبنى عليها الممارسات اليوميه ، وهذا البناء لن يتم إلا بالتفاعل الايجابى بين الأخصائى النفسى والنص المكتوب ، هذا التفاعل يكسب المعلومات معنى يتجاوز حدود الدليل إلى حياه الأخصائى وممارساته اليوميه ، ويصل بها إلى عمق البناء المعرفى الوجدانى للأخصائى النفسى ، فيتمثله ويجعله مصدرا بوجة تفكيره ووجدانه وأدائه .

وقد تساعد الخطوات التاليه الاخصائى النفسى على تحقيق هذا التفاعل بينه وبين ما يقرأه :

أولا : تحليل كل مبدأ أو فكره أو مفهوم ، والربط بينها وبين ما لديه من مبادئ أو افكار أو مفاهيم راسخه أكتسبها خلال إعداده العلمى أو ممارساته والمهنية .

ثانيا : على ضوء هذا التحليل يتبين الأخصائى النفسى ما يقدمه النص المكتوب من نقاط الاتفاق والاختلاف ، أما الاتفاق فعاده ما يدعم افكارنا المتقبله ، أما الاختلاف فيثير لدينا قضايا تتطلب مزيدا من التحليل والدراسه والنقاش .. ولكنها ايجابيات تدعو الاخصائى للانشغال والدراسه وهى احد أهداف الدليل .

ثالثا : فى حاله توصل الاخصائى النفسى للمبدأ أو الفكرة او المفهوم ، فإنه يتقدم لتطبيقها او لربطها بخبرتها وفى حاله رفضها فهو يتقدم لتعديلها واقتراح بديل لها مدعما موقفه بما اكتسبه من معرفه واطلاع وما قام به من مناقشات .. وكلها مكاسب علمية تعود عليه وعلى المجال .

رابعا : وضوح الاساس النظرى يساعد الاخصائى على تحديد اولوياته ، ورسم خططه وإختيار اساليب لتنفيذها وتقييمها .

خامسا : نؤكد هنا على تقييم الاخصائى لادائه من خلال وضعه لمعايير أو محكات يسعى لتحقيقها يستمدها من الاسس النظريه ومن خبرته المهنيه - فبدون وضع معايير للتقييم لا يستطيع أن يشعر بما أنجزه فيفخربه وينقله الى ممارساته فى المستقبل ، ولا يستطيع ان يعرف ما يحتاج الى تعديل فيعدله ليرفع كفاءه ادائه فى المستقبل .

سادسا : إذا كان احد أهداف الدليل تقديم اساس موحد يسمح بمرونه التطبيق ، ويشجع التفاعل بين الاخصائى النفسى وزملائه من داخل التخصص أو خارجه فإننا ندعو الاخصائى النفسى للتنميه والتطوير ، بما نوفره من تبادل الخبرات ، ونؤكد على تنشيط هذا التفاعل مع الزملاء والخبراء بالصوره الى تناسب الأخصائى وتناسب ظروف العمل ، سواء بتنظيم اجتماعات دوريه محدوده العدد ، أو ندوات عامه أو إستخبارات متخصصة وغيرها من اشكال التفاعل المهنى .

سوف نتاول فى هذا الجزء تقديم نماذج أو امثله نطبق فيها المبادئ والأسس والمفاهيم التى تمت مناقشتها فى الجزء الأول من الدليل من أجل تحقيق حاجات التلاميذ فى التنميه المعرفيه الوجدانية الاجتماعية .

ولابد أن نؤكد ماسبق أن ذكرناه أن الشخصية لاتقسم وان أى متغير معرفى له جانب وجدانى

خامسا : بناء وحدات المهمة

سادسا : ربط المعرفه الجديدة بمجالات الحياه المختلفه

سابعا : تقييم الأداء

ثامنا : متابعة التلاميذ

(١-١) السلوك الذكى

سبق أن ذكرنا ان كفاءة الفرد ترجع إلى تفاعل امكاناته مع البيئة - وأن هذه الامكانات سواء كانت معرفية أو وجدانية أو اجتماعية قابلة للتنمية ، وأن هناك تراث علمى عريض يؤكد مصداقية قابلية الامكانات البشرية للنمو ، وقد ذكرنا أهمية الذكاء فى البناء النفسى وكذلك التغيرات العلمية التى طورت فهم الباحثين له . ولذا فسوف نبدأ هذا الجزء بتقديم السلوك الذكى فى خطوات يمكن اعتبارها أحد النماذج التى يهتدى بها الأخصائى النفسى فى قيامه بعمله

أولا : الهدف من النموذج :

(١) أن يعدل التلميذ فهمه عن الذكاء ليصبح عادات عقلية يستطيع أن يلاحظها فى نفسه وفى غيره .

(٢) أن يقارن بين مفهومه ومفهوم العلم عن السلوك الذكى أو عادات العقل .

(٣) أن يصف جوانب القوة لديه ويذكر دليلا على ذلك .

(٤) أن يصف الجوانب التى تحتاج إلى تدعيم لديه ويذكر دليلاً على ذلك .

(٥) ان يدرك العلاقة بين عادات العقل وسلوكه اليومى داخل المدرسة وخارجها .

(٦) أن يضع هدفا وخطة لتنمية عادات العقل وينفذها .

(٧) أن يضع معايير للحكم على أدائه .

(٨) أن يعدل فى أهدافه أو خطته أو استراتيجياته على ضوء تقييمه لأدائه .

ثانياً : المفاهيم التى يستخدمها الاخصائى النفسى :

يختلف الباحثون فى استخدام المفردات العلمية فى برامج التوعية والتدريب .. والبعض يصر على استخدام الاخصائى النفسى للمفردات العلمية طالما ان المتلقى يستطيع استيعابها -

والبعض الآخر يتخوف من ذلك بدعوى عدم ارهاق المتلقى بالمفردات العلمية ، ونرى أن المفردات البسيطة التى تستخدم فى الحياة اليومية يمكن استخدامها دون مغالاة .

ويترك لخبرة الاخصائى وضع حدود لذلك فى العديد من برامج إثراء وتنمية الذكاء ، ولكل منها وجاهته ومصداقيته ، بعض هذه البرامج يقتصر تقديمها على المتخصصين . وبعضها يتسع استخدامه ليشمل غير المتخصصين أيضاً . من هذه البرامج ما قدمه أرثر كوستا عن السلوك الذكى وعادات العقل ، حيث قام بدراسات عديدة للكشف عن السلوك الذكى الذى يحقق محكات حل المشكلات واتخاذ القرارات وتحقيق التوافق . وتوصل من دراساته إلى خمسة عشرة صفة سوف نقدمها فيمايلى ، وندعو الأخصائى النفسى أن يتأملها ، وينشغل بها ، وينميها لديه ولدى التلاميذ .

فيمايلى نذكر الصفات الخمس عشرة للسلوك الذكى أو عادات العقل . والحكمة فى إستخدام مفهوم السلوك الذكى وليس الذكاء تتفق مع ما قدمناه من أن الذكاء مركب من عمليات متعددة بقدر توفرها لدى الإنسان بقدر كفاءته فى إتخاذ القرار ، وحسن الاختيار ، وحكمة التصميم ، أى بقدر ما يكون سلوكه ذكياً :

١ - المثابرة .
٢ - مقاومة الاندفاع .
٣ - الاستماع بتفهم وتعاطف .
٤ - مرونة التفكير .
٥ - التفكير فى التفكير .
٦ - السعى نحو الدقة .
٧ - التساؤل .
٨ - تطبيق الخبرات السابقة فى المواقف الجديدة
٩ - التعبير بوضوح عن التفكير .
١٠- استخدام كل الحواس لجمع المعلومات .
١١- الإبداع ، الخيال .
١٢- روح الحماس للحياة والاحتفال بها .
١٣- المخاطرة المحسوبة .
١٤- المرح .
١٥- التفكير مع الآخرين .

إن تقديم السلوك الذكى فى صورة سلوكيات مستقلة لا يعنى انعزال كل منها عن الآخر ، فإن بينها تفاعلاً وتكاملاً ، وإنما تقديمها بهذه الصورة بهدف التركيز على كل منها والتأكيد على قيمته من ناحية ويؤكد فى ذات الوقت على إمكانية تناول أى منها مستقلا تدعيما للحقيقة العلمية أن الذكاء مركب من مكونات متعددة تتفاعل فيما بينها كمنظومة تحكمها مبادئ التفاعلية والتكاملية والاعتماد المتبادل .

(١) المثابـــرة:

كثيراً ما يعتقد الآباء والمعلمون أن هناك حلاً مثالياً لكل مشكلة ، وبدون هذا الحل الوحيد فلا سبيل للنجاح . وينتقل هذا الفهم إلى التلميذ منذ طفولته فيرى أن هناك حلا يرضى الآباء أو المعلمين ، وهو الحل الأمثل الذي عليه أن يصل إليه ، فإذا فشل فى التوصل لهذا الحل فإنه يتوقف عن المحاولة .

والمثابرة عكس هذا تماماً ، فالمثابرة تعنى مساعدة التلميذ على الوصول لحل لمشكلته ، فإذا فشل فعليه أن يحاول مرة ومرات حتى يحقق النجاح .

كثيراً ما يجد التلميذ من يوجهه توجيها مباشراً للحل وبالتالى يحرمه من تعلم المثابرة . إن المبرر الوحيد لهذا السلوك أنه يتجاوز إمكانات التلميذ ، هنا يجب مساعدته . وإنما فى المواقف التى يمكنه أن ينجح فيها مع بذل الجهد وتكرار المحاولة ، فيجب تشجيعه على بذل المزيد من الجهد ، وتجربة طرق جديدة ومختلفة فيتكون لديه مفهوم أساسى : حين تفشل لا تتوقف .. حاول مرة أخرى حتى تنجح - تستطيع أن تحقق النجاح إذا كررت المحاولة بطرق مختلفة .

أى عمل يتحدى التلميذ فى مناخ أمن محب يثرى الذكاء وينشط المخ ، هذا هو الأساس لسلوك المثابرة وهو عادة عقلية أساسية فى مواجهة تحديات الحياة فى المستقبل .

(٢) مقاومة الاندفاع:

إذا كان الذكاء هو التواؤم الإيجابى مع البيئة المحيطة بالفرد ، وإذا كانت هذه البيئة بالضرورة تضع البشر جميعاً فى مواقف تتطلب اتخاذ القرارات التى تكون يسيرة أحياناً وعسيرة فى أحيان أخرى ، فإن تنمية الذكاء تعنى تنمية إمكاناتنا وإمكانات التلاميذ على مواجهة تلك المواقف ، ويعتبر التأمل والتروى أحد المكونات الأساسية فى عملية إتخاذ القرار .

كيف تكون مقاومة الاندفاع مكوناً أساسياً فى الذكاء وصفة أساسية للسلوك الذكى ، أو لعادات العقل المنتجة ؟

كثيراً ما يشجع الآباء والمعلمون أبناءهم على السرعة وكثيراً ما يمجدوا قيمة السرعة فى القيام بالأعمال المختلفة ، فيفضلون التلميذ الأسرع فى الكتابة ، الأسرع فى إنهاء الاعمال المدرسية ، والسرعة قيمة هامة فعلاً ، وخاصة فى زحمة الحياة الحديثة ، ولكنها تحرم التلميذ فى كثير من الأحيان من فضيلة التأمل والتروى ، وتجعل إنهاء العمل أهم من إتقانه ، كذلك فإن

التأكيد على السرعة لا يعطى التلميذ الفرصة الكافية للانتباه لكل تفاصيل الموقف ، ووضع خطة وتعديلها ، ومراقبة الفرد لنفسه ، أو مراجعة نفسه ، أو تقييم أدائه .. إن التأكيد على أهمية السرعة يحرم التلميذ من التأمل والإتقان . والتأمل أحد مفاتيح السلوك الذكى ، وعادات العقل المنتجة ، هو الطريق لحماية التلميذ من عادة عقلية خطيرة هى الاندفاع دون ترو والانتهاء من العمل بدون إتقان .

(٣) الاستماع بتفهم وتعاطف :

هناك مقولة توجه للآباء والمعلمين « استمع لابنك حتى تعلمه أن يتكلم ، وتكلم معه حتى تعلمه أن يستمع » . يقوم التفاعل الاجتماعى على الاستماع ، فنحن نستمع أكثر مما نتكلم ، حيث نقضى ٥٥٪ من حياتنا فى الاستماع و٤٥٪ منها فى الحديث . ومع ذلك فنحن لا نبذل الجهد الكافى لتعليم أبنائنا الاستماع . نحن لا نستمع جيداً ، ولا نقدر قيمة الاستماع الجيد ، ولا نعلمه لأطفالنا وتلاميذنا ، بل نبذل كل الجهد لنعلمهم الحديث .

الاستماع الجيد يصاحبه توجيه الأسئلة لمن يحدثنا ، ويصاحبه تلخيص ما استمعنا إليه ، ويصاحبه تبادل الحديث . أستمع حين يتكلم محدثى ، ثم أتكلم بعد أن ينتهى .

نحن لا نجيد الاستماع ، لأننا ننشغل عنه بالاستعداد للرد ، فى حين أن الاستماع فى ذاته عملية هامة ، ولكننا لا نعترف بها ، ولا نعطيها أهميتها ، ويتعلم الأبناء من الآباء والمعلمين عدم الاستماع ، وبهذا يفقدون مهارة هامة فى التواصل ، سواء فى الاستماع للمعلم أو للزملاء ، أو للأصحاب ، لأننا لا نستمع لهم جيداً ، ولا نعلمهم الاستماع .

(٤) مرونـــة التفكيـــر :

لكى يدرب المعلمون تلاميذهم على مرونة التفكير عليهم أن يدربوهم على النظر للأمور من زوايا مختلفة وبطرق مختلفة . مثال لذلك قبول المعلم لاجابات متعددة لسؤال واحد ، وتشجيعه التلاميذ على طرح أفكار متعددة وقد تكون متناقضة حول قضية واحدة .

ان مرونة التفكير عنصر أساسى فى السلوك الذكى – وعادة عقلية هامة يجب الاهتمام بها وتنميتها .

(٥) التفكير فى التفكير :

يهتم المعلمون والآباء بتدريب التلاميذ على التوصل للإجابات الصواب ، أو الإجابات التى يقبلونها . فحين يبدى التلميذ رأيه فى أمر ما ، أو فى شخص ما ، فالأغلب الأعم أن يوافق الكبار

على رأى التلميذ إذا اتفق مع آرائهم ، ويرفضوه إذا اختلف ، وفى الحالتين لا يناقشونه فيما وصل إليه ، وإن فعلوا فبهدف تقويمه ، أى بهدف تعديل رأيه ليتفق مع آرائهم .

وحين نناقش التفكير فى التفكير فإننا ندعو الآباء والمعلمين والإخصائيين إلى مناقشة التلميذ فى رأية ، حتى يتيحوا له الفرصة لبناء عادة عقلية أساسية ، وهى أن يتأمل فى تفكيره ، أن يسأل نفسه لماذا ؟ وكيف ؟ هذا الحوار مع الذات يعطى فرصة للتلميذ أن يخطط لتصرفاته ، وأن يضع لكل تصرف سبباً ، وأن يعدل من آرائه إذا تبين قصورها . إن مجرد الاكتفاء بقبول أو رفض أفكار التلميذ لا ينشط وظائف المخ للسعى للفهم ، فهم نفسه وفهم ما يحيط به ، وهذا الفهم أساس فى تنمية الذكاء ، ناهيك عن تعديل التفكير .

التفكير فى التفكير مهارة أو عادة عقلية أساسية فى الذكاء ، تتيح للصغار أو الكبار أن يتأملوا ما يفعلون ، فيعدلوا ويجودوا ويتراجعوا .. إلخ ، مما يرفع كفاءتهم فى التواؤم مع البيئة ، أى يرفع ذكاءهم .

(٦) السعى نحو الدقة :

السعى نحو الدقة أمر فى غاية الأهمية للتلميذ ، ولذا يجب أن توضع جذوره فى الطفولة الباكرة ، قد لا يتبين الكبار خطورة السعى نحو الدقة بالنسبة إلى الصغار ، لأن أمور حياتهم محدودة وغير ذات قيمة كبيرة ، أى أن التجاوز أو التسامح فى الطفولة أمر وارد ، ولكنه أمر خطير ، لأنه يضع جذور التساهل فى شخصية الطفل ، ويحرم المخ من وضع معايير عالية المستوى والاكتفاء بالمستوى الأدنى للأداء ما دام يمكن قبوله . تبدأ الدقة فى أشياء بسيطة ، أولها أن يكون الكبار نموذجاً للدقة ، فيما يقولون وما يفعلون . وترسيخ الدقة لدى التلاميذ يتطلب صبراً ومثابرة من المعلمين .

قد يكتفى المعلم بكتابة تعليق على كراسة التلميذ يدل على عدم الدقة ، وقد يكتفى بتخفيض درجته ليلفت نظره الى أن عمله ينقصه الدقة ، ولكن قد لا يتاح الوقت الكافى لتدريبه على وضع معايير للدقة والالتزام بها .

وحين يطلب المعلم من التلميذ القيام بمهمة ما فلابد من توضيح أهمية الدقة . الدقة فى العمل – فى تنظيم الصفحة فى تنظيم أدواته – ويصاحب ذلك توضيح أهمية الدقة فى الحياة حتى يصبح السعى لتحقيق الدقة نابعا من ذاته – وليس ضغطا من السلطة الخارجية سواء كانت الآباء أو المعلمين أو غيرهم .

وهذا يتطلب كما ذكرنا صبراً ومثابرة من الكبار . ولكن إذا تأملنا كيف تؤثر هذه العادة العقلية على التلميذ فى حاضره ومستقبله فسوف نبذل كل الجهد من أجل ترسيخها .

(٧) التســاؤل :

التساؤل روح التفكير ، ونظراً لأن خبرات التلميذ محدودة ، وحب الاستطلاع لديه غير محدود كظاهرة تميز المرحلة ، فإن هناك أشياء كثيرة تدعوه للتساؤل . ويتفاوت التلاميذ فيما يطرحونه من أسئلة ، كما تتفاوت الأسئلة التى يطرحها نفس التلميذ تبعاً للموقف .

فهناك تلاميذ يكثرون من الأسئلة وتلاميذ أقل تساؤلاً ، وأما من حيث نوع الأسئلة ، فبعضها يبدو سخيفا لا معنى له ، بعضها محرج ، بعضها ساذج ، ولكنها كلها ذات قيمة فى تنمية معارف التلميذ ، وتشجيع حب الاستطلاع لديه ، وتأكيد ثقته فى ذاته ، فجهله بشئ يريد أن يعرفه مهدد له .. كثرة التساؤل قد تثير الملل أو تؤدى لنفاذ صبر المعلم وتضيع وقت الدرس ، مما يدفعه لعدم الإجابة أو لمطالبة التلاميذ بأن يكفوا عن التساؤل . وهذا أول خطر يهدد ذكاء التلاميذ باعتبار الشعور بالحاجة للمعرفة أول خطوة فى الذكاء ، أما الخطر الثانى فيأتى من الإجابة بنعم أو لا دون تفسير كاف ، ودون استثارة تفكير التلاميذ من خلال التحاور حول الموضوع الذى يسأل عنه ، والخطر الثالث فى عدم دقة الاجابة أو تزييفها .

ماذا يعنى السؤال بالنسبة إلى التلميذ ؟ يعنى أنه لاحظ شيئاً ما ، أى أنه انتبه ودقق فى شئ ما ، وحاول أن يصل لفهمه ، ولكن لم يستطع بمفرده ، فبذل الجهد ليلخص المشكلة التى واجهها فى صيغة سؤال ، مهما كان بسيطاً ، ولكنه دليل على حاجته للمعرفة ودليل على جهد بذله ، ودليل على هدف يريد تحقيقه ، وكلها عناصر هامة لذكائه .. ومن حقه أن يشجع على هذا السلوك ، هذا جانب من التساؤل .. الجانب الآخر هو أسئلة الآباء أو المعلمين للتلاميذ ، فالأسئلة تنشط التفكير ، لأنها تدعو التلميذ للبحث فى بيئته أو البحث فى خبراته السابقة ليجد الإجابة .

هناك أسئلة ثرية تنشط التفكير وأسئلة هزيلة لا تنشط التفكير .

مثال الأسئلة التى تنشط التفكير الأسئلة التى تبدأ بكيف ولماذا أو ماذا يحدث .

مثال : ما هى أهم صفات القائد فى رأيك ؟ ولماذا ؟ هل تغيرت صفات القادة فى عصرنا الحالى ؟ كيف تغيرت؟ كيف كانت وكيف أصبحت .. ولماذا ؟

هذه الأسئلة تدعو التلميذ للتفكير ، لأن إجاباتها غير جاهزة لديه ولذلك فهذا تدريب على الاجابة حيث لا توجد اجابة جاهزة ، وهى تؤهل التلميذ على مواجهة مشكلات أو تحديات أو مواقف جديدة فى حياته ليست له بها خبرة سابقة .

الاسئلة الثرية سواء صدرت عن التلميذ أو عن المعلم عادة عقلية أساسية فى تنمية الذكاء .

(٨) تطبيق الخبرات السابقة فى المواقف الجديدة :

يكتسب المخ المعلومات ، وينظمها فى نماذج ، فحين تقدم للطفل فاكهة جديدة لم يرها من قبل ، فإننا نذكر له أن هذه الفاكهة تشبه فاكهة يعرفها ويحبها . وحين يرى شخصاً لأول مرة فإننا نذكر له علاقته بشخص يعرفه ، أو نذكر له أنه مثل شخص يعرفه ، ونوضح له أوجه الشبه . وهذا يساعد الطفل على أن ينظم تفكيره عن المعلومات الجديدة .. وقد يسعى الكبار لمساعدة الطفل على التوصل لاكتشاف العلاقة بين الفاكهة الجديدة وفاكهة يعرفها ، أو الشخص الذى يراه لأول مرة وشخص أخر يعرفه ، عن طريق السؤال والحوار وهذا أفضل .

هذا التدريب يساعد المخ أولاً على تنظيم المعلومات ، ويساعده ثانياً على بناء عادة عقلية هامة .. أن يخلق علاقات جديدة بين خبراته الجديدة ، أى الأشياء التى يراها أو يتعرف عليها لأول مرة ، والأشياء التى مر بها سابقاً ، وهذا ما نسميه علاقات فى الزمان وعلاقات فى المكان . ان تدريب الطفل على هذه العادة العقلية يساعده على تنشيط المخ ليبحث عما يناسب الخبرات الجديدة ، وهو أمر أساسى فى السلوك الذكى ، أن توظف ما تعرفه لفهم ما لا تعرفه .

(٩) التعبير بوضوح عما يفكر فيه :

نلاحظ فى حديثنا مع بعض الأشخاص أن لغتهم غير واضحة ، أو غير دقيقة . وهذا لأسباب متعددة ، من أهمها التعميم الشديد ، فإذا قال أحد الوالدين ، عندى صداع دائم ، فهو يعنى أنه يصاب بالصداع كثيراً ، أو كل الناس فى المصايف ، فهو يقصد أن بعض الناس فى المصايف . قد لا ينتبه الآباء أنهم نموذج يقلده الأبناء وقد لا ينتبه المعلم أنه نموذج يقلده التلاميذ ، مثل هذه التعميمات يستخدمها التلميذ كأدوات يعبر بها عن تفكيره .. فيقول أنا لا أفهم شيئاً فى الدرس ، من هذه الصياغة يشعر بالعجز وأنه فى مأزق .. فى حين أن الواقع أن هناك أشياء محددة لا يفهمها ، أو قد يقول فلان صديقه « دائماً يغلبنى » وقد يكون الواقع أنه فاز عليه فعلاً فى اليوم السابق .. قد لا يعتبر المعلم أن هذه التعميمات تمثل مشكلة ، أو قد لا ينتبه إلى أن هذا السلوك يحتاج لمراجعة التلميذ ، وتدريبه على عدم اللجوء لاستخدام التعبيرات الجارفة لأنها أولاً

تدل على عدم دقة التفكير ، ولأنها تؤدى بالتلميذ إلى المبالغة فى الاستجابة لتفكيره ، لأنه يصدق نفسه ، فالتلميذ الذى يقول صديقى يغلبنى دائماً يشعر فعلاً أنه مغلوب دائماً ، ويترتب على ذلك شعوره أنه أقل من صديقه ، أما إذا سأله المعلم متى غلبك صديقك ؟ .. أمس .. ومن غلب فى المرة التى قبلها ؟ أنا .. إذن هل هو دائما يغلبك ؟ لا .. أنا أغلب أحياناً ، وهو أحياناً .. هنا أتاح المعلم الفرصة للتلميذ أن يتبين عدم الدقة والمبالغة .. ومن هذه المواقف وغيرها يتعلم التلميذ عادة عقلية هامة أن يكون دقيقاً وواضحاً فى التعبير عن أفكاره .. هناك أيضا تعبيرات شائعة لدى الكبار يتعلمها منهم الصغار ، مثل " وكده يعنى .. يعنى .. أهه .. والسلام .. " مثل هذه التعبيرات تدل على عدم وضوح التفكير لدى المتحدث ، وتنقل معانى غير واضحة أيضاً لدى المستمع ، ويترتب عليها تفاعل سطحى .. السلوك الذكى يتطلب الدقة فى التفكير والدقة فى التعبير عن التفكير .

(١٠) استخدام كل الحواس عند جمع المعلومات عن البيئة :

حواس التلميذ هى وسيلته للتعرف على البيئة المحيطة به وبقدر كفاءة حواسه فى نقل المثيرات من البيئة إلى المخ ، بقدر تنشيط المخ وتنبيهه وتزويده بالبيانات الكافية ، والتى تعتبر الخطوة الأولى فى التفكير ، فالمخ يأخذ هذه البيانات من البيئة الخارجية ، لينظمها ويحللها ويجمعها ويحفظها ، حتى يتمكن من توظيفها التوظيف المناسب ، لتحقيق التواؤم مع البيئة فى الوقت المناسب والمكان المناسب . ولذلك فإن الحواس الدقيقة النشطة تساعد المخ فى القيام بوظائفه .. ومن هنا كانت دعوة الآباء والمعلمين والإخصائيين إلى تنشيط حواس الأبناء والتلاميذ .

الإبصار من أهم الحواس التى تصل التلميذ بيئته . كيف ينمى الآباء والمعلمون والإخصائيون حاسة الإبصار لدى الأبناء والتلاميذ ؟ بأن يطلبوا منه أن يحصى أكبر عدد ممكن من الأشياء التى يراها حوله ، أن يطلب منه أن يحصى عدداً معينا فى الجانب الأيمن ثم الأيسر من الغرفة .. أن يطلب منه أن يقارن بين الأشياء التى قد تبدو متشابهة .. قد يطلب منه أن يبحث عن شئ لم يره من قبل .

حين نذكر البصر ، فهذا لا يعنى إهمال باقى الحواس ، وإنما كل الحواس تحتاج إلى الإهتمام ، فاللمس ينشط بالتمييز بين درجات الحرارة ، ودرجات الخشونة . وهكذا لكل حاسة تدريبات .

يؤكد البحث العلمى على أن تنشيط الحواس لدى الأطفال يوسع عالمهم وييسر للمخ الاتصال النشط بالبيئة الخارجية ، مما يرفع كفاءته فى القيام بالوظائف العقلية والوجدانية

والاجتماعية من أجل التواؤم مع البيئة . ولذا فعلى الآباء والمعلمين أن ينشطوا هذه العادات العقلية الخاصة بتنمية الحواس .. فهى أحد المكونات الأساسية للسلوك الذكى .

(١١) الإبداع والخيال :

يقر كثير من العلماء أن الابداع خاصية عامة لدى جميع البشر ، أى أن المخ البشرى لديه إمكانية الإبداع ، ولكنه يحتاج إلى التنشيط والتوجيه ، حتى تتحول هذه الإمكانية إلى حقيقة واقعة ، أى إلى التعبير الفعلى عن الابداع ، لاشك أن هناك فروقاً بين البشر فى درجة امتلاكهم لهذه الإمكانات ، وكذلك فى نوع ما يمتلكونه منها وأيضاً فى درجة ما يحتاجونه من توجيه حتى يعبروا عنها . وهذا ما يهمنا فى هذا الشأن .

كيف يساعد المعلمون والإخصائيون تلاميذهم حتى يعبروا عما لديهم من إمكانات إبداعية ؟ إن أهم ما يميز الإبداع أنه اختلاف عن الشائع المألوف . وهذه هى مشكلة تنمية الإبداع فى المجتمعات التقليدية . فهناك مشكلة دقيقة ندعو الآباء والمعلمين والإخصائيين لتأملها حيث تبدو مشكلة تتصف بالتناقض بين حرص الآباء على اتباع أطفالهم ما هو سائد وشائع ، فهم يفضلون أن يكون أطفالهم مثل باقى أطفال الجيران والاقارب ، فهذا يطمئنهم إلى أنهم أسوياء وطبيعيون ، وخروج الطفل عن هذا الاطار الشائع يثير القلق لدى الآباء ، ويدفعهم إلى محاولة تطويعه ، ليصبح مثل الأخرين . من ناحية أخرى فإن الابداع والخيال يتطلب التفرد والاختلاف .

كيف نساعد الآباء والمعلمين على تقبل الاختلاف مع ضمان التزام الأبناء والتلاميذ بالمعايير الاجتماعية ؟

الأقرب للواقع أن ندعو المعلمين للتمييز بين ما يجب أن يلتزم به التلاميذ ، لأنه أساسى وجوهرى لحمايتهم الشخصية ، وما هو هامشى أو غير هام حتى لو كان مقبولاً اجتماعياً . ومن ثم فللتلميذ الحق فى الاختلاف طالما أنه لا يهدد أمنه ولا يتجاوز المعايير الجوهرية .

هنا تظهر مشكلة النظام والالتزام بالقواعد من ناحية وحرية التلميذ من ناحية أخرى - وهناك برامج متخصصة فى هذا الموضوع نلخصها فى عجالة : أن التلميذ الذى يشعر بالأمن واحترام المعلم له سوف يتحمل مسئولية الالتزام حتى فى تعبيره عن حريته .

إذا أردت أن يتميز التلميذ فلابد أن تشجعه على أن يختلف ويتحمل مسئولية هذا الاختلاف ، الإبداع والخيال خروج عن المألوف ، ولكن خروج فى إطار المقبول ، الابداع والخيال عادة عقلية أساسية فى السلوك الذكى .

(١٢) روح الحماس للحياة والاحتفال لها :

تشير البحوث الحديثة أن المخ بناء وجدانى ، وأن الذكاء الوجدانى ، أى الذى يعبر عن السعادة والرضا والبهجة والعلاقات الاجتماعية السعيدة . هذا الذكاء الوجدانى مسئول عن ٨٠٪ من نجاح البشر فى الحياة .

ولكن الواقع يشير إلى أن الأباء والمعلمين لا يضعون الجانب الوجدانى من ضمن أولوياتهم ، علماً بأن المخ لا ينتبه إلا لما يحب ، ومن ثم لا يتميز إلا فيما يثير حماسه ، ومع ذلك نجد الممارسات التربوية تؤكد على تلقين المعرفة وليس حب المعرفة . والأسرة تركز على ما يجب على الطفل أن يقوم به ، وليس ما يحب أن يقوم به .

إن خلق الحماس للقيم الجميلة فى العلم وفى الطبيعة وفى الفن شرط أساسى لتفجر طاقات المخ ، كيف نتوقع أن يتميز تلميذ فى شئ لا يحبه ولا يستمتع به .

إذا كانت البيئة التى نعيش فيها هى مجال إظهار السلوك الذكى ، فلابد أن نرسخ لدى التلميذ مشاعر إيجابية وحماساً واحتفالاً بهذه البيئة ، كعادة عقلية أساسية فى بناء السلوك الذكى .

(١٣) المخاطرة المحسوبة :

التميز والكفاءة والإبداع والتجديد كلها صفات يقدرها المجتمع ويطلقها على من تجاوز أداؤه المألوف والعادى . وكل خروج عن المألوف يعد مخاطرة بمعنى أنه غير مضمون النتائج ، لأنه لم يسبق القيام به ، والمخاطرة المحسوبة تعنى التجديد بعد التفكير والتأمل ، وهى تختلف عن المخاطرة غير المحسوبة ، التى تدل على غياب التفكير والتأمل ، وفى هذه الحالة تعد اندفاعاً .

المخاطرة المحسوبة عنصر أساسى فى الإبداع . ولذلك فإننا ندعو الأباء والمعلمين والإخصائيين إلى تدريب الأطفال على المخاطرة المحسوبة ، وذلك بتشجيع الاختلاف أولاً ، وكذلك بتوفير بيئة ثرية بالأفكار وثرية بالأمن والتسامح .

والتسامح هنا يعنى السماح للتلميذ بالفشل ، فإن تهديده بالفشل يحرمه من المخاطرة ، ويصبح الخوف من الفشل أقوى لديه من الأمل فى النجاح . والتسامح ينمى لدى التلميذ ما نسميه حرية داخلية يستطيع أن يخاطر ويتحمل النتائج ، وإذا فشل يعيد المحاولة ، إن إتاحة الفرصة للتلميذ للمخاطرة يفتح له أفاقاً واسعة للتجريب . ولذلك ندعو الأباء والمعلمين أن يشجعوا الابناء على المخاطرة المحسوبة ، بأن يوفروا لهم مثيرات فى البيئة تتحدى إمكاناتهم ، وتدعوهم للمخاطرة

المحسوبة على ألا تتجاوز ما يستطيع التلميذ أن يحققه إذا بذل جهداً .

من هذه المواقف التى تتسم بالمخاطرة يكتسب احترامه لنفسه وثقته بنفسه - قد يظن الآباء والعلمون أن إبداء إعجابهم بالتلميذ كاف لبناء احترامه لنفسه وثقته بنفسه .. هذا عنصر جزئى ، وإنما العنصر الفعال هو إحساس التلميذ بالانجاز فى موقف يتحدى إمكاناته ويتطلب منه بذل مزيد من الجهد ويمثل بالنسبة إليه مخاطرة محسوبة .

المخاطرة المحسوبة عادة عقلية غالية ، ندعو الآباء والمعلمين والإخصائيين إلى ترسيخها كأداة هامة فى تنمية السلوك الذكى .

(١٤) المـــرح :

المرح لا يتعارض مع الاحترام ، وهذا ما لا يدركه كثير من الآباء والمعلمين ، بالاضافة لذلك فإن المرح والفكاهة يعنى إدراكاً متجدداً للواقع ، فالنكته مثلاً إدراك لعلاقة بين أشياء لا يتاح إدراكها للشخص العادى ، ولذلك نجد مؤلفات علمية جادة تحلل النكتة والفكاهة من حيث كونها صورة من صور الإبداع ، فالفكاهة والمرح تتيحان للتلميذ أن يعبر عن رؤيته الخاصة الفريدة ليس فقط بقبول ما يقدمه التلاميذ من فكاهة أو نكتة ، وإنما تشجيعهم أيضاً . الفكاهة فرصة جيدة لتنشيط المخ وإثرائه ، وهى فرصة جيدة لإضفاء روح مرحة على احداث الحياة ، وأهم من ذلك فهى فرصة لادراك علاقات جديدة لم تحظ ببال التلميذ .

وقد لا تبدو العلاقة وثيقة بين المرح والسلوك الذكى ، ولكنها علاقة ثابتة علمياً ، ولذا فالمرح عادة عقلية علينا تشجيعها وتقبلها من التلاميذ ومشاركتهم فيها ، تشجيعاً منا للسلوك الذكى .

(١٥) التفكير مع الأخرين :

تردد أن الأمان والتفهم ينشطان المخ ، وأن التهديد يعوقه ، ونضيف هنا أن الذكاء لا يتحقق إلا فى جود الغير ، فالإنسان لا يعيش بمفرده ، وإنما فى جماعات ، سواء فى الأسرة أو المدرسة أو العمل .. إلخ . والسلوك الذكى لا يتحقق إلا من خلال تفاعل التلميذ مع الغير ، ولذلك يؤكد العلم الحديث على التعاون بين التلميذ ورفاقه ، وخاصة فى مواقف التعلم . ولذا تشجع كثير من النظريات التعلم التعاونى . فالتعاون يخلق بيئة إيجابية تشجع المخ على القيام بوظائفه بكفاءة.

إن التفاعل بين التلميذ وأقرانه يعنى إتاحة الفرص له على مواجهة الاتفاق أحياناً والاختلاف أحياناً أخرى ، وهى فرص تنمى لديه عادة عقلية أساسية ، وهى تقبل الاختلاف ، وهو ما نفتقده

كثيراً ، كما ينمى التفاعل تكامل الأفكار والآراء ، مما يعظم إحساس التلميذ بحاجته لرفاقه وحاجتهم له ، فيكتسب الثقة بنفسه وبغيره . ويتيح التفاعل الاجتماعى أن يتعلم آداب الحساسية الاجتماعية ، أى الإحساس بمشاعر الغير ، والمحافظة عليها ، ووضع نفسه مكان غيره.

ولذا فنحن ندعو لتنشيط التفاعل الاجتماعى بين الطفل وأقرانه ، من أجل بناء عادة عقلية هامة ولازمة للسلوك الذكى ، وهى الخاصة باكتساب المهارات الاجتماعية .

ثالثاً: اختيار الأدوات المناسبة:

* اعداد مقياس للتقدير الذاتى .
* تطبيق مقياس السلوك الذكى .

رابعاً: اختيار الاستراتيجيات المناسبة الاختيار فى ابعاد التعلم الوسيط.

(أ) الاختيار من أبعاد التعلم من خلال وسيط : القصدية والتبادلية - خلق المعنى - تجاوز الحدود الضيقة - تغيير الذات - وضع هدف .

(ب) التفكير فى التفكير : النشاط المنزلى- التعلم الانتقالى

(جـ) الاختيار من أبعاد نموذج التعلم : المقارنة - تحليل الخطأ

ويمكن للاخصائى استبدال أى أداة أو استراتيجية تبعا للمناح له .

خامساً: بناء وحدات المهمة:

كيف يوظف الأخصائى النفسى أبعاد السلوك الذكى ، أو العادات العقلية المنتجة فى تحقيق أهدافه فى التنمية والوقاية والارشاد والبحث ، سواء لجموع التلاميذ أو لاعداد محدودة تتطلب المساعدة - أو تعانى من بعض المشكلات التعليمية كصعوبات التعلم ، أو المشكلات السلوكية كالعدوان .

إن هذا النموذج يمكن استخدامه استخدامات متعددة نذكر أمثلة منها فيمايلى :

أولاً : يمكن للاخصائى النفسى مناقشة العلاقة بين أبعاد السلوك الذكى وأبعاد تحقيق الذات .

ثانياً : يمكن أن يطبق مقياس السلوك الذكى ويناقش النتائج مع التلاميذ .

ثالثاً : يمكن أن يصمم مقياسا كالنموذج الآتى :

• نموذج لقياس أبعاد السلوك الذكى:

فيمايلى ١٥ صفة هى صفات السلوك الذكى التى تمت مناقشتها - لكى تعرف امتلاكك لهذه الصفات عليك أن تقرأ الصفة ، وتفكر إلى أى درجة يتصف سلوكك

مواقف حياتك بهذه الصفة - إذا كانت تنطبق عليك تماما ضع علامة عند الرقم (٧) وإذا كانت لا تنطبق عليك إطلاقا فضع العلامة عند (١) تجنب وضع علامة عند (٤) وهى تدل على موقف متوسط . سوف تساعدك الاجابة على هذا المقياس ان تعرف نفسك بصورة أفضل وتساعدك على فهم نجاحك أو فشلك فى مجالات حياتك المختلفة .

حاول ان تكون دقيقا فهذا المقياس ليست له اجابات صواب أو خطأ ، المهم أن يعبر عنك .

(١) المثابرة

(٧) (٦) (٥) (٤) (٣) (٢) (١)

ويتكرر النموذج فى أبعاد السلوك الأخرى . بعد قيام التلميذ بالاجابة يطلب منه أن يذكر موقفا من حياته اليومية يدعم به إجابته .

ويمكن أن يدور نقاش حول ما ذكره التلاميذ من مواقف مما يساعد على تعميق فهمهم لعادات العقل أو ابعاد السلوك الذكى وتتلخص أهداف هذه التدريبات فى :

* تركيز انتباه واهتمام التلاميذ على مفهوم الذكاء ، باعتباره مفهوم مركب قابل للتحليل ، وقابل للملاحظة وقابل للتنمية .
* إتاحة الفرصة للتلاميذ لادراك العلاقة بين السلوك الذكى أو عادات العقل ، وبين مواقف واقعية في حياتهم .
* إتاحة الفرصة للتلاميذ للمقارنة بين السلوك الدال على المثابرة ، مثلا والسلوك الدال على غياب المثابرة ، وما يترتب على هذه المقارنة من استثارة الحاجة لتعلم أو تنمية السلوك الذكى ، سواء فى المثابرة أو غيرها .

سادسا : ربط السلوك الذكى بحياة التلميذ :

* تتيح استراتيجية التفكير فى التفكير ان يحول التلميذ بمساعدة الاخصائى النفسى عادات العقل إلى ممارسات يومية ، وتتيح استراتيجية التعلم الانتقالى استخلاص مبادئ عامة يوظفها التلميذ فى مواقف حياته المختلفة .. ويمكن على غرار هذه الأمثلة أن يختار الاخصائى النفسى استراتيجيات أخرى لتحقيق أهدافه .
* يوظف الاخصائى النفسى من خلال دوره كوسيط المبادئ الأساسية للتعلم من خ

وسيط - وهى القصدية وخلق المعنى وتجاوز الحدود الضيقة إلى مجالات الحياة المختلفة - ويختار ما يناسب الموقف من المبادئ السبعة الأخرى ليحقق أهدافه من المهمة ، وقد يختار المشاركة ليتيح للتلاميذ الفرصة للتعرف على خبرات متنوعة ، والتدرب على تقبل الاختلاف ، ورؤية المواقف المختلفة من وجهة نظر الغير... الخ ما تحققه المشاركة ، وقد يختار مبدأ تغيير الذات لينقل للتلاميذ مفهوم إمكانية تغيير الذات ، ويدربهم على بعض الاستراتيجيات التى تحقق هذا المبدأ .

تنمية ابعاد السلوك الذكى :

* يمكن للاخصائى النفسى أن يساعد التلاميذ على وضع أهداف محددة لتنمية بعض أبعاد السلوك الذكى ، ووضع خطة لتحقيق الأهداف ، ووضع معايير للحكم على النتائج التى توصل إليها ، وبناء على الحكم يستمر فى خطته أو يعدلها .. إلى أخر ما تم ذكره عند مناقشته .

سابعا : ربط المعرفة الجديدة بمجالات الحياة المختلفة :

يمكن للاخصائى النفسى مساعدة التلاميذ على الربط بين أبعاد السلوك الذكى أو عادات العقل ، والادوار الاجتماعية التى يقوم بها :

(١) كابن أو ابنه عليك واجبات ولك حقوق .. كيف تساعدك أبعاد السلوك الذكى على القيام بدورك كابن / إبنه .

(٢) كصديق / صديقة .. كيف يساعدك أبعاد السلوك الذكى فى تعميق هذه الصداقة .

(٣) كعضو فى ناد ، أو فريق رياضى ، أو جمعية من جمعيات النشاط المدرسى .

هناك أفكار كثيرة يمكن للاخصائى النفسى توظيفها بما يحقق للتلاميذ تمثل أبعاد السلوك الذكى فى بنائهم الشخصى بحيث يوجه تفكيرهم ومشاعرهم وسلوكهم .

مقياس السلوك الذكى

فيما يلى بعض العبارات التى تقيس بعض ابعاد السلوك الذكى يمكن للأخصائى النفسى الاستعانة بها.

العبارة	دائماً	احيانا	نادراً
المثابرة			
١- اواصل العمل حتى احقق الهدف			
٢- استخدم استراتيجيات متعددة ومتنوعة لحل مشكلة ما.			
٣- أفضل ان اتوصل لحل مشكلة ما بنفسى على أن يقدم لى حلاً			
٤- أكمل ما أبدأ من أعمال.			
الاندفاعية			
١- استمع للتعليمات قبل أن ابدأ العمل.			
٢- اسأل أسئلة إذا كنت لا أفهم الموقف.			
٣- افكر قبل أن أتصرف.			
٤- أضع خطة قبل أن أبدأ العمل			
٥- اتقبل الاقتراحات قبل أن ابدأ العمل.			
٦- استمع لوجهات نظر الغير			
الدقة			
١- استغرق وقتا حتى احقق الدقة المنشودة			
٢- اتاكد أن المعلومات التى لدى دقيقة			
٣- اراجع ما يتطلبه العمل			
٤- اراجع ما اكتبه حتى يكون واضحا			
٥- أتاكد من أن عملى تتوفر فيه المعايير المطلوبة			
الاستماع بتفهم			
١- استمع باهتمام لما يقوله الأخر واحترم ما اسمعه			
٢- استجيب بطريقة تناسب الموقف			
٣- استفيد من أراء الأخرين وابنى عليها.			

	دائماً	احيانا	نادراً
مرونة التفكير			
١- احاول أن افهم اى قضية من وجعات نظر متنوعة او متعارضة			
٢- أضع فى اعتبارى كل وجهات النظر عند حل مشكلة ما.			
الوعى بالتفكير			
١- استطيع أن أحدد الخطوات التى اتبعتها عند تخطيطى لأى موقف.			
٢- أستطيع أن احدد ما اعرفه وما احتاج لمعرفته.			
٣- استطيع أن اقيم خططى			
٤- ااستطيع أن اشرح ارائى وافكارى فى خطوات واضحة.			
٥- استطيع أن اوضح كيف استفيد من تفكيرى فيما افكر فيه.			
طرح التساؤلات وحل المشكلات			
١- لدى حب استطلاع ، واطرح كثير من التساؤلات			
٢- أفكر فى طرق متعددة ومتنوعة لحل المشكلات، القيام بالمهام.			
٣- أجمع بيانات متعددة، واستخلص منها معان عامة.			
٤-استطيع ان افكر فى اكثر من حل للمشكلة الواحدة			
٥- استطيع ان أوضح الجوانب الايجابية فى أرائى بالأدلة.			
استخدام الخبرات القديمة فى المواقف الجديدة			
١- أوظف ما تعلمته فى الماضى فى المواقف الراهنة			
٢- استطيع ان اجد علاقة بين اراء وافكار تبدو متنافرة.			
التفكير الابداعى			
١- انا على استعداد لتجريب افكار وأراء جديدة			
٢- أحب التفكير فيما يثير الدهشة والتعجب			
٣- استطيع التفكير فى اراء غير تقليدية			
٤- اقدم إضافات جديدة لافكارى وأفكار الأخرين.			
٥- التزم بما يجب على أن انجزه.			

السلوك الذكى

استمارة ملاحظة الذات.

يتطلب اكتساب او تنمية السلوك الذكى أن يكون لدينا هدفا واضحا ومحددا ، فكما سبق أن ذكرنا أن تحديد الهدف أول خطوة لتحقيقه.

الهدف : اريد أن اكون ذكيا

هدف غير قابل للتحقيق.

لانه لا يساعد على وضع خطة يمكن تنفيذها.

ولا يساعد على ملاحظة الفرد لنفسه اثناء التنفيد

ولا يساعد على تحديد ما تحقق وما لم يتحقق وبالتالى تعديل الخطة

ولذلك فسوف نقدم فيما يلى نموذجا يمكن الاستعانة به.

الهدف : أن أصبح اكثر تعاونا مع زملائى فى الفصل.

تحديد الهدف فى سلوك قابل للملاحظة ورسم خطة

١- اشارك فى انشطة الفصل

٢- اقدر مشاعر الزملاء.

٣- احترم آراء الزملاء

٤- استمع باهتمام

٥- اكون مرنا فى تفاعلى مع الزملاء

٦- أشجع وأدعم الزملاء.

لكى تكتمل هذه الخطوة لابد من تحويلها إلى واقع يومى ويساعد التلميذ فى ذلك أن يكون لديه اداة ملاحظة او جدول ملاحظة كالنموذج التالى:

اليوم / الوقت	السبت	الأحد	الأثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس
٩- ١٠- ١١- ١٢- ١-						

هذا الجدول يساعد التلميذ على تسجيل سلوكه وخلاحظة تقدمه فى خطته.

وكما ذكرنا نحن لم نعتاد على مثل هذه التدريبات، وقد يجد الاخصائى النفسى مقاومة فى البداية وهذا امر طبيعى مقاومة ليس فقط من التلاميذ بل احيانا من الزملاء خارج التخصص. الاصرار والمثابرة والاقتناع عامل اساسى فى نجاح التجربة.

١-٢ الذكاء المتعــــدد

اشرنا فى الاساس النظرى لنظرية الذكاء المتعدد- والتى تفيد أن البشر يختلفون فى جوانب القوة والضعف - وان الذكاء ليس قوة مطلقة يمتلكها البعض ويفتقر اليها البعض الأخر ومن حق التلميذ أن يعرف ذاته حتى يدرك جوانب القوة وجوانب الضعف لديه حتى يستطيع ان يبنى اهدافه وخططه على هذا الاساس مما يرفع مقومات شعوره بالكفاءة واقترابه من نموذج المحقق لذاته، وتوظيفه لامكاناته المعرفية والوجدانية والاجتماعية باكبر قدر من الكفاءة.

وقد توصل هاوارد جاردنر إلى سبعة أنواع للذكاء، نذكرها فيما يلى

- الذكاء اللغوى
- الذكاء المنطقى الرياضى
- الذكاء المكانى اى فى استخدام الحيز المتاح
- الذكاء الجسمى الحركى
- الذكاء الموسيقى
- الذكاء فى التعامل مع الآخرين
- الذكاء الشخصى

هذه الذكاءات منفصلة بعضها عن بعض، او مستقلة بعضها عن بعض وسوف نعرض فى الملاحق لمقياس الذكاء المتعدد.

كيف يوظف الاخصائى النفسى مفهوم الذكاء المتعدد فى القيام بمهامه؟

* قد يقوم بتطبيق المقياس الخاص بالذكاء المتعدد، حتى تتيح للتلاميذ فرصة ان يدركوا أن القصور فى جانب لا يرتبط بالقصور فى جميع الجوانب، وان لدى كل فرد جوانب ايجابية وأخرى سلبية.
* قد يطلب من كل تلميذ ربط نتيجة المقياس باهتماماته الفعلية، ومجالات النجاح أو الفشل التى يتعرض لها.
* قد يطلب من التلاميذ تقدير مدى الاتفاق او الاختلاف بين نتائج المقياس وواقع حياتهم.
* قد يناقش التلاميذ مواقف من حياتهم الفعلية تؤيد او تعارض نتائج المقياس.

هذه التدريبات تعمق فهم التلاميذ للذكاء المتعدد، وتعمق وعيهم بما لديهم من جوانب قوة او قصور.

وقد يتقدم الاخصائى خطوة أخرى نحو تعديل التلميذ لأهدافه فى ضوء المعرفة الجديدة.

وقد يفسر أسباب نجاحه أو فشله فى مجالات الحياة المختلفة.

ولكن لا بد أن يوضح الأخصائى النفسى حدود الثقة فى نتائج المقياس التزاما بالمعايير الاخلاقية المهنية.

مقياس الذكاء المتعدد للراشدين

ضع علامة ( ) امام الفقرة التى تصفك فى كل وحدة - الرجا كتابة أى بيانات اضافية عن نفسك خاصة بهذا الذكاء ولم ترد فى الفقرات.

الذكاء اللغوى:

* الكتب هامة جدا بالنسبة لى.
* تدور الكلمات داخل رأسى قبل أن اقرأها واقولها او اكتبها.
* اكتسب بالاستماع للإذاعة أو التسجيلات أكثر مما اكتسبه من التليفزيون أو الأفلام.
* استمتع باللعب بالألفاظ كما فى الكلمات المتقاطعة.
* استمتع بقضاء الوقت بمفردى او مع أخرين فى تبادل القفشات، والتلاعب بالألفاظ.
* احيانا أجد أن على أن اشرح معانى الكلمات التى استخدمها فى كتاباتى او حديثى.
* اللغات والدراسات الاجتماعية والتاريخ اسهل من الرياضة والعلوم بالنسبة لى.
* أثناء سيرى فى الطريق " أثناء السفر مثلاً" انتبه لما يكتب على جانبيه من إعلانات وخلافه اكثر من انتباهى للمناظر.
* يتخلل حديثى دائما الرجوع إلى ما قرأت او سمعت.
* لدى مهارات لغوية لم تذكر فى المقياس وهى:
* أقرأ كثيرا .

الذكاء المنطقى - الرياضى:

* أستطيع القيام بعمليات حسابية فى عقلى بسهولة.
* الرياضة والعلوم من المواد المفضلة لدى فى المدرسة.
* استمتع بالألغاب والفوازير التى تتطلب التفكير المنطقى.
* احب القيام بتجارب جديدة (ماذا يحدث لو ان) مثلا ماذا يحدث لو اننى قمت باختراع لتطوير الكمبيوتر.

* اعتقد ان هناك تفسيراً منطقيا لكل شيء (تقريبا).
* احيانا افكر في مفاهيم واضحة ومجردة وبدون استخدام كلمات.
* ابحث عن العلاقات المنطقية فيما يقوله الناس او يفعلونه في البيت والعمل.
* اشعر بارتياح اكبر عند تناول الأشياء التي تم قياسها او تصنيفها او تحليلها او وزنها بصورة او بأخرى.
* ينشغل عقلي في البحث عن نظام فيما حوله : في منطق تتابع الأشياء او فيما بين الجزئيات من نظام ... الخ.
* لدي مهارات رياضية - منطقية لم تذكر في المقياس وهي

الذكاء المكاني :

* دائما ما ارى صوراً بصرية واضحة عندما اغلق عيني.
* انا حساس للألوان.
* كثيراً ما استخدم الكاميرا لتسجيل ما حولي.
* استمتع بالالغاز البصرية التي تتطلب التجميع كالمتاهات وتكوين اللوحات من تجميع قطع صغيرة.
* ارى احلام واضحة في منامي.
* استطيع ان اجد طريقي بسهولة حتى لو كنت في مكان جديد.
* احب الرسم والشخبطة.
* الهندسة اسهل عندي من الجبر.
* استطيع ان اتخيل بسهولة كيف يبدو شيء ما إذا نظرت اليه من أعلى أو من زاوية مختلفة.
* افضل المواد التي تستخدم الصور إلى جانب الكتابة.

لدى مهارات مكانية لم تذكر في المقياس وهي:

الذكاء الجسمي - الحركي :

* أمارس رياضة واحدة على الأقل بانتظام.
* اجد صعوبة في الجلوس ساكنا لمدة طويلة.
* احب العمل بيدي في أنشطة مادية كالخياطة واعمال التريكو والحفر والتجارة وبناء النماذج.
* افضل افكاري تأتيني حين اذهب للمشي او الجري او الانشغال في نشاط جسمي.

* احب قضاء اوقات الفرا غ خارج المنزل.
* كثيراً ما استخدم يداى او لغة الجسم عند التحدث.
* احتاج إلى لمس الاشياء لأتعرف عليها بصورة أفضل.
* استمتع بالرياضيات الجسمية العنيفة.
* لدى مهارات تآزر جيدة.

أتعلم مهارة جديدة بممارستها وليس مجرد القر اءة عنها او مشاهدتها.

* لدى مهارات ذكاء جسمى وحركى لم تذكر فى المقياس وهى:

الذكاء الموسيقى:

* صوتى جميل فى الغناء
* استطيع أن اتبين الخطأ فى الإيقا ع الموسيقى.
* استمع كثيراً للموسيقى.
* اعزف على آلة موسيقية.
* بدون الموسيقى تكون حياتى أقل سعادة.
* أجد نفسى اردد نغمة او اغنية اثناء القيام بعمل ما.
* استطيع القيام بالإيقا ع المصاحب لأى موسيقى بنجا ح.
* اعرف نغمات كثير من الأغانى والقطع الموسيقية.
* إذا استمعت مرة أو مرتين لقطعة موسيقية استطيع إعادتها بدقة.
* ادندن (انقر على ترابيزة او اغعنى) اثناء قيامى بالأنشطة اليومية المختلفة.
* لدى مهارات موسيقية لم تذكر فى المقياس وهى :

الذكاء فى التعامل مع الأخرين:

* أنا من الناس سالذين يلجأ إليهم زملائهم او جيرانهم للإستشارة وطلب النصيحة.
* افضل الرياضة الجماعية (كرة السلة او كرة القدم) اكثر من الرياضة الفردية (مثل السباحة).
* حين تواجهنى مشكلة فإننى اسعى لمناقشتها مع شخص أخر اكثر من محاولة حلها بمفردى.
* لدى على الأقل ثلاث اصدقاء مقربين.
* استمتع بتعليم الأخرين (شخص او جماعة) ما اعرف.
* اعتبر نفسى قائدا (هكذا يقول عنى الأخرون).

* اشعر بالارتياح لوجودى وسط جموع البشر.
* احب الانغماس فى الأنشطة الاجتماعية او فى المجتمع الذى اعيش فيه.
* افضل قضاء وقتى فى المساء فى نشاط اجتماعى (حفل - زيارة) وليس البقاء وحدى فى منزلى.
* لدى مهارة فى التعامل مع الآخرين لم تذكر فى المقياس وهى :

الذكاء الشخصى (الداخلى):

* اقضى اوقات طويلة بمفردى اتامل او افكر فيما حولى.
* احب ان اقرأ او اسأل عن معلومات تجعلنى اكثر معرفة بنفسى.
* لدى هوايات واهتمامات لا اشرك فيها احدا او احتفظ بها لنفسى.
* لدى اهداف هامة لحياتى افكر فيها بانتظام ودائما.
* لدى رؤية دقيقة لجوانب القوة والضعف فى شخصيتى (تدعمها مصادر خارجية).
* افضل قضاء يوم الجمعة فى مكان هادىء ومنفرد اكثر مما اقضيه فى مكان مزدحم بالناس.
* اعتبر نفسى ذو ارادة قوية او ذو تفكير مستقل.
* لدى مفكرة اسجل فيها احداث حياتى الخاصة (الشخصية).
* اعمل مستقلاً وقد فكرت جديا فى بدأ عمل خاص بى.
* لدى مهارات شخصية لم تذكر فى المقياس وهى.

١-٣ التفكير الابداعى

يحتل موضوع الابداع مكانه هامة فى دراسات وبحوث علم النفس، وصاحبها ظهور برامج متعددة لتنمية التفكير الابداعى.

وما يهم الاخصائى النفسى يدور حول التساؤلات الآتية:

- كيف يسهم الاخصائى النفسى كعضو فى الفريق التربوى فى اكتشاف التلاميد ذوى الامكانات الابداعية؟
- وكيف يسهم فى تنمية الامكانات الابداعية حتى تتحقق وذلك من خلال التعاون بينه وبين الاطراف المعنية داخل المدرسة وخارجها؟
- وكيف يسهم فى رعاية ذوى الامكانات الابداعية الفائقة بالتعاون مع الهيئات المتخصصة.

قبل ان نستطرد فى اجابة هذه التساؤلات سوف نقدم بعض الحقائق العلمية باختصار شديد:

أولا: حقائق حول اكتشاف نوى الامكانات الابداعية:

- هناك حقيقة علمية تشير إلى أن كل فرد لديه امكانات ابداعية يمكن أن تتحول إلى إنتاج ابداعى فى مجال ما وبقدر ما، إذا ما توفرت الظروف المناسبة.

- هناك مدخلان أساسيان فى اكتشاف ورعاية الابداع:

أ) يمكن عن طريق المقاييس النفسية ان يتم اختيار عدد محدود من التلاميذ نوى الدرجات العالية، باعتبارهم نوى الامكانات الابداعية الفائقة - ثم توجه لهم الرعاية المناسبة.

ب) يمكن ان تمتد مسئولية النظام التعليمى لتوفر مقومات تنمية الابداع لدى كل التلاميذ وسوف تتفاوت استجابات التلاميذ وحاجاتهم بتفاوت الامكانات الابداعية لديهم، وبالتالى يحصلون على حقوق تتناسب مع حاجاتهم وتختلف عن زملائهم الذين لا يظهرون مثل هذه الاستجابات.

* الفرق بين المدخل الأول والثانى أن المدخل الثانى يغير مناخ المدرسة كلها، فى حين أن المدخل الأول يقتصر على فئة محدودة.

* الاختيار فى المنهج الأول يعتمد على إجابات التلاميذ على المقاييس النفسية، والمنهج الثانى يعتمد على التفاعل فى مواقف متعددة والاداء على مهام متعددة، وحكم اشخاص متعددين، على مدى زمنى طويل قد يمتد إلى العام الدراسى كله.

كيف يضع الاخصائى النفسى خطة واقعية يستطيع من خلالها توفير مقومات تنشيط الابداع؟

قد يجد لنفسه طريقا وسطا، لا يقف عند اختيار اصحاب الدرجات العليا فى المقاييس النفسية، ولا ينتشر فى كل المدرسة، وذلك من خلال الإعلان عن برنامج لتنمية الابداع، وعلى من يرى فى نفسه الامكانية والدافع والحرص فليتقدم، وممكن ان يقوم اعضاء الفريق التربوى من معلمين أو اخصائيين او اداريين بترشيح من لديه هذه الامكانات مدعمين ترشيحهم بدليل من الواقع، كما يمكن ان يطلب من الآباء ترشيح ابنائهم. وبهذا تتكون مجموعة من المرشحين، ليقدم لها برنامج فى تنمية الابداع، ويكون معلوما أن هناك معايير للاستمرار فى هذا البرنامج يتم الاتفاق عليها بين الاخصائى النفسى وافراد المجموعة.

ويستعين الاخصائى بمن يراه من داخل المدرسة وخارجها فى رعاية هؤلاء التلاميذ، وعليه أن يستفيد من موارد البيئة المتاحة. وهناك برامج متعددة يمكن الاختيار منها.

ثانيا: حقائق حول مقومات الابداع :

* تجمع البحوث على أن التفكير الابداعى هو ما يصل بفرد او مجموعة من الأفراد إلى إنتاج يتميز بالجدة اى غير مسبوق ، وبالفائدة أى يحقق هدف او يشبع حاجه او يحقق منفعة فى اى مجال من مجالات النشاط الانسانى.

هذا التعريف العام قد لا يكفى لمساعدة الاخصائى النفسى فى وضع خطة للاكتشاف او التنمية ولذلك نقدم فيما يلى مقومات التفكير الابداعى التى تحظى بقبول شبه عام بين الباحثين حيث يعتبرونها المحاور الاساسية للتفكير الابداعى.

أولا : المنتج الابداعى : يتحقق الابداع إما فى شىء مادى لوحة - قصة - اختراع او فى شىء غير مادى فكرة - حل صراع ... هذا المنتج لا بد أن يتوفر فيه شروط معينة، لكى يوصف بانه ابداعى، هذه الشروط تنطوى تحت الجدة والمنفعة.

كيف يستعين الأخصائى النفسى بالمتخصصين للحكم على انتاج التلاميذ بأنه إبداعى - أو انه مشروع ابداعى او خطوة نحو الابداع ، وكيف يساعد هؤلاء التلاميذ على تطوير منتجاتهم بالتعاون مع الاسرة او الهيئات المختلفة ذات الاهتمام.

ثانيا: خصائص الشخص المبدع : أى الصفات المعرفية والوجدانية والسلوكية التى تميز المبدع - هناك شبه اتفاق على بعض الصفات والتى نجدها مجتمعة فى خصائص السلوك الذكى والمحقق لذاته - ولكن القضية هنا أنه من يتحقق لديه الابداع الفعلى قد يتصف بهذه الصفات، ولكن من يتصف بهذه الصفات لا يكون مبدعا بالضرورة. من بين الصفات التى ذكرناها تؤكد البحوث على ما يأتى:

صفات معرفية	صفات شخصية
* الطاقة	* المخاطرة
* المرونة	* حب الاستطلاع
* الاصالة	* الخيال
* اتقان التفاصيل	* الاستقلال
* الانتفاح للجديد	* تحمل الغموض
* القدرة على خلق نظام من فوضى	* التعامل مع المواقف المركبة

ويضيف بعض العلماء الالتزام والدافعية.

كيف ينمى الاخصائى النفسى من خلال تعاونه مع الفريق التربوى بالمدرسة والأسرة والمجتمع المباشر، هذه الصفات حتى يساعد التلاميذ على تحقيق امكاناتهم الابداعية.

ثالثا: العمليات المعرفية والشخصية:

ويقصد بها الاستراتيجيات المعرفية والوجدانية التى تساعد على التوصل للمنتج الابداعى.

وقد توصل الباحثون إلى العديد من هذه الاستراتيجيات ، والتى تتضمنها برامج التدريب ويمكن تنظيمها فى فئتين: الأولى تتضمن خطوات حل المشكلات، والثانية تتضمن الاستراتيجيات التباعدية والاستراتيجيات التقاربية. وتحت كل منها العديد من الاستراتيجيات. وسنكتفى هنا بالاشارة إلى أن التفكير الابداعى يحقق التوازن بين التفكير التباعدى وفيه انتاج غزير ومتنوع للأفكار، والتفكير التقاربى وفيه فرز وتقييم الأفكار الجيدة.

• كيف يمكن للأخصائى النفسى أن ينمى لدى التلاميد استراتيجيات الإبداع حتى تكون ضمن بنائهم المعرفى والوجدانى، الذى يوجه تفكيرهم فى مجالات الحياة المختلفة وكيف يتعاون فى هذا مع الاطراف المعنية داخل المدرسة وخارجها.

رابعا: المناخ الميسر للأبداع:

أى مقومات التفاعل الاجتماعى والبيئى، التى تشير البحوث ارتباطها بالتفكير الإبداعى، ونذكر فيما يلى اكثرها شيوعا وقبولا فى كتابات الباحثين:

المناخ الميسر للابداع

* يتميز بدافعية عالية
* تسوده الحرية
* التفاعل نشط
* الثقة والوضوح
* توفير الوقت الكافى دون ضغط.
* الخلافات والصراعات فى حدها الادنى
* تدعيم ومساندة الافكار الجديدة
* تدعيم وتشجيع الحوار
* تدعيم وتشجيع المخاطرة
* يسوده المرح والتفاؤل.

• كيف يسهم الاخصائى النفسى كعضو فى الفريق التربوى وبالتعاون مع جميع الأطراف المعنية لتوفير مقومات المناخ الابداعى فى حياة التلميذ، داخل المدرسة وخارجها.

الهدف من مناقشة هذه المحاور الأربعة دعوة الأخصائى للانشغال بموضوع التفكير

الابداعى ليس كحالة خاصة بمجموعة محدودة من التلاميذ وإنما كأسلوب للتفكير يجب تنميته لدى جميع التلاميذ، ولدى من يطلب مساعدة لحل مشكلة، فالابداع مدخل لحل المشكلات إذن فتوظيف استراتيجيات التفكير الإبداعى أحد أدوات الاخصائى النفسى، التى يمكن أن يمتد تطبيقها إلى الفصل المدرسى بالتعاون مع المعلمين المهتمين لمزج ممارسات المعلم بالاستراتيجيات الابداعية وقد اشارت البحوث التى استخدمت برامج التعليم الابداعى إلى تحقيق نتائج ايجابية فى مجال التعلم ومجال الكفاءة الشخصية مما دعم انتشارها فى مراحل التعليم المختلفة.

سوف نعرض مقياس "حل المشكلات" ويتضمن العمليات المعرفية والوجدانية الأساسية فى حل المشكلات - ويستطيع الاخصائى النفسى تطبيقها ومناقشتها على ضوء مفاهيم تحقيق الذات او السلوك الذكى او نموذج مارزانو ، ويمكن استخدام النتائج لتحليل الجوانب الايجابية والجوانب التى تحتاج لتدعيم لدى التلاميذ.

ويمكن استخدامها كأداة يلاحظ بها التلميذ نفسه فى مواقف مختلفة.

١-٤ المستوى والاسلوب فى الإبداع

اقتصرت الدراسات فى مجال الابداع على دراسة الفروق بين الافراد فى المستوى، اى فى درجة امتلاكهم للقدرات الابداعية ، حتى ظهر حديثا منحنى يدعو الى دراسة الفروق بين الافراد على اساس اسلوبهم في التفكير الابداعى، ونعنى بالاسلوب كيف يعبر الفرد عن طاقاته الابداعية - وظهرت نظريات متعددة فى دراسة أساليب التفكير - منها نظرية كيرتون فى التفكير التجويدى والتجديدى - حيث يرى أن الافراد يختلفون فى اسلوب التعبير عما لديهم من طاقات ابداعية، فالمجود يفضل التعبير التدريجى، والمجدد يفضل التغيير المفاجى،، المجود يهتم بالتفاصيل والمجدد ترهقه التفاصيل ويفضل الأفكار الكبرى إلى غير ذلك من فروق.

أن اهمية دراسة اساليب التفكير ترجع إلى ان ذوى الاساليب المختلفة قد تتعارض ارائهم وقد يحدث بينهم خلاف لعدم وعيهم باختلاف الاساليب المعرفية ويكون الوعى بالاساليب المعرفية مدخلا مناسبا لتحقيق التوافق بين المختلفين فى الأسلوب، كذلك فإن قصور المعرفة بالاساليب المعرفية يؤدى إلى اهمال المجودين والاهتمام فقط بالمجددين، لأن المجودين لأن المجددين يلفتوا الانتباه لما يحدثوه من تغييرات مفاجئة، ويثبت العلم أن الافكار الكبرى والاختراعات الكبرى لا يتم إنجازها إلا من خلال فريق وهذا الفريق فى الأغلب يحقق التكامل بين المجددين والمجودين - إن إهمال المجودين يعد هدراً فى الطاقات الابداعية.

وسوف نقدم مقياس كيرتون فى التجويد والتجديد ويمكن للأخصائى النفسى استخدامه وتفسيره، وتوظيفه مستخدما النموذج الذى سبق طرحه أو باستخدام منهج القياس الدينامى (التفاعلى) او بالأسلوب الذى يراه مناسب للموقف.

بعض الحقائق العلمية التى تساعد الاخصائى النفسى فى بناء وحدة عن اسلوب التفكير:

المجــود:

- يتصف بالدقة والمنهجية والحذر والمسايرة والنظام.
- يهتم بحل المشكلات عن طريق البحث عنها فى ظل نموذج ارشادى يعمل به.
- يبحث عن حلول المشكلات عن طريق وسائل معروفة ومفهومة.
- يرى الأخرون أنه مصدر للأمن والطاعة، صائب الحكم.
- يمارس سلطاته فى حدود التعليمات المحددة.
- نادرا ما يتحدي القواعد
- يتجنب النقد بمزيد من المسايرة
- يضعف امام الضغط الاجتماعى والسلطة.
- عندما يتعامل مع المجدد يوفر الثبات، النظام والاستمرارية لزميله فى العمل ويحفظ للجماعة تماسكها وتعاونها.

المجــدد:

- يرى الأخرون انه غير منظم ذو فكر مشتت يقوم بالمهام بطريقة غير متوقعة.
- يبحث عن المشكلات وبدائل الحلول غير عابىء بالنموذج الارشادى
- يحاول التغيير والتجديد غير عابىء بإجماع الأراء
- يميل إلى التحكم فى مواقف لا تسمح بها القواعد
- غالباً ما يتحدى القواعد ولا يحترم العادات.
- عندما يتعامل مع المجود يوفر للعمل النظريات والتوجه اللازم وغالبا ما يهدد تماسك الجماعة وتعاونها.
- يوفر الحيوية من اجل إحداث تغيير جذرى.

* يرتبط اسلوب التفكير المفضل اتباعه بعمليات معرفية، يكون لها دورا فى التغيير وهى حل المشكلات واتخاذ القرار والإبداع.

* يرتبط اسلوب التفكير الإبداعى بسمات متعددة فى الشخصية والتى تظهر مبكراً فى حياة الفرد وتكون ثابتة نسبياً.

* مفهوم الأسلوب يختلف عن مفهوم النجاح. فالأسلوب لا يقيم وإنما يكون الموقف هو المحدد لنجاح الفكرة المجودة او المجددة تبعا لملائمتها له. فبقدر كفاءة الاستجابة المطلوبة بقدر نجاحها سواء كانت تجويدية او تجديدية.

* الأسلوب لا يعدل بالتعليم او التدريب فلا يمكن أن يصبح الشخص الذى يفضل الأسلوب التجويدى تجديدياً او العكس وإنما كل ما يمكن للفرد أن يتعلمه، هو أن يستخدم انواعاً متعددة من وسائل حل المشكلات التى تتفق مع الأسلوب المميز له. وأن يتعلم كيف يؤجل اعمالاً أقل قبولاً، إلى اعمال أخرى أكثر فاعلية، وأن يتدرب على كيفية التعامل والتكامل مع أصحاب الأسلوب الآخر.

جدير بالذكر أنه لا يوجد شخص مجدد دائما وفى كل المواقف ولا شخص مجود دائما وفى كل المواقف - انما المقصود أن الأول يفضل الاسلوب التجديدى والثانى يفضل الاسلوب التجويدى - أى يغلب عليه احد الاسلوبين.

أهم ما يمكن ان يستفيد منه الأخصائى النفسى إلى جانب تنمية الوعى بالأسلوب الشخصى لدى التلاميذ - هو لفت الانتباه إلى ان اختلاف الأسلوب قد يكون سببا فى الخلافات اليومية - فهناك بحوث تشير إلى عدم تقبل المجود للمجدد وعدم تقبل المجدد للمجود - وأن تنمية الوعى بالاسلوب الشخصى ساعد على فهم الخلاف وحله إذ يدرك المجود والمجدد باعتباره غير مسئول ومندفع ولا يعتمد عليه، ويدرك المجدد المجود باعتباره بطىء وتقليدى ومعوق للتقدم. ""

وكما يؤثر الأسلوب فى العلاقات الاجتماعية فهو يؤثر أيضا فى الكفاءة الشخصية. فإذا لم يكن الفرد على وعى بأسلوبه المفضل فقد يضع اهدافا يتطلب انجازها مواصفات الأسلوب غير المفضل، وفى هذه الحالة يكون الفرد أمام احد بديلين إما أن يبذل جهدا مضاعفا ليحقق النجاح، او يبذل جهدا عاديا فيحقق نتائج متواضعة - ويتغير الموقف تماما بتنمية الوعى بالاسلوب فيتعدل الوضع على ضوء هذا الوعى، إما باختيار الفرد لهدف يتطلب ما يتيحه له اسلوبه المفضل من مهارات ، او تبنى مهارات الاسلوب غير المفضل من اجل تحقيق الهدف.

وهناك مداخل متعددة يوظف من خلالها الاخصائى النفسى نظرية الاسلوب المعرفى التجويد - التجديد. نضيف هنا أن هناك نظريات عديدة فى الاساليب المعرفية يمكن للأخصائى الاستعانة بها.

تعليمات

فيما يلى بعض البنود التى تصف شخصا ما فى مواقف مختلفة الرجا قراءة كل بند وتصور أن عليك أن تبدو مثل ذلك الشخص فى مثل هذه المواقف بشكل عام. تخير الاجابة التى تعبر عن درجة السهولة او الصعوبة التى تجدها لكى تبدو مثله فى هذه المواقف او المواقف المشابهة.

مثال: شخص يستيقظ مبكرا.

- اذا كنت تستيقظ مبكرا فتكون اجابتك : سهل او غاية السهولة.

اذا كنت لا تستيقظ مبكرا فتكون اجابتك: صعب او غاية الصعوبة.

ملاحظة هامة: ليست هناك اجابات افضل من غيرها - المهم ان تعبر عن نفسك.

اختيار الاجابة صعب او غاية الصعوبة امرا طبيعيا. فأى انسان يستطيع ان يقوم بأشياء بدرجة اكبر من السهولة اى انه يبذل فيها جهد قليل وكذلك فأى انسان يجد ان بعض المواقف او الاشياء ليست على نفس الدرجة من السهولة وبالتالى تكون صعبة او فى غاية الصعوبة اى يبذل فيها جهد كبير وهذا ما نقصده.

اما اذا كنت لا تستطيع ان تحدد ما اذا كان هذا الموقف سهل او صعب فيمكنك وضع العلامة بين سهل وصعب. ولكن تأكد ألا تستخدم هذه الاجابة إلا اذا كنت فعلا لا تستطيع ان تحدد اجابة أخرى.

إلى اى درجة من السهولة او الصعوبة يمكنك ان تصف نفسك كشخص ....

	غاية السهولة	سهل	صعب	غاية الصعوبة
١- شخص صبور				
٢- شخص يتبع ما هو سائد ويلتزم به				
٣- شخص يستطيع التصرف دائما عند مواجهة ازمة				
٤- شخص يستمتع بالعمل الذى يتضمن تفاصيل				
٥- شخص يفضل ان يبتكر شيئا جديدا عن تحسين ما هو موجود				
٦- شخص حريص يتدبر عواقب الامور حين يتعامل مع السلطة				
٧- شخص لايمكن ان يتصرف الا فى حدود سلطاته				
٨- شخص لا يمكن ان يلجأ لتطويع القواعد او تحويرها				
٩- شخص يفضل الرؤساء ونظم العمل الثابتة المستقرة				
١٠- شخص يحتفظ بأفكاره ولا يعلنها الا اذا كانت هناك حاجة فعلية لها.				

	غاية السهولة	سهل	صعب	غاية الصعوبة
١١- شخص لديه نظرة متجددة للمشكلات التقليدية				
١٢- شخص يفضل تغيير وتعديل النظام القائم دون مقدمات (تغير فجأة).				
١٣- شخص يفضل حدوث التغيير تدريجيا				
١٤- شخص مدقق ممحص (يستقصى) يركز على كل التفاصيل ويمعن النظر				
١٥- شخص متأن دائما				
١٦- شخص يستطيع التصرف في عدة مشكلات وأفكار جديدة في ان واحد				
١٧- شخص يتصف سلوكه بالاتساق والثبات				
١٨- شخص يستطيع ان يدافع وحده عن وجهة نظره اذا اختلفت مع وجهة نظر الأخرين				
١٩- شخص محفز (قادر على حفز وتشجيع الأخرين).				
٢٠- شخص يتفق بسهولة مع الفريق الذى يعمل معه				
٢١- شخص لديه افكار مبتكرة دائما.				
٢٢- شخص يكد ويبذل الجهد من اجل الاحاطة بكل تفاصيل ما يقوم به.				
٢٣- شخص تتدفق افكاره بغزارة				
٢٤- شخص يفضل ان يتناول (يعالج) موضوع واحد فى الوقت الواحد				
٢٥- شخص منهجى ومنظم دائما				
٢٦- شخص كثيرا ما يخاطر بعمل الاشياء على نحو مختلف وجديد				
٢٧- شخص يعمل دون ان يحيد عن الطريق المرسوم (المعروف)				
٢٨- شخص يحرص على فرض نظاما دقيقا فى كل الامور التى تقع تحت تصرفه				
٢٩- شخص يفضل الاحتماء بالتعليمات الدقيقة				
٣٠- شخص يندمج بسهولة مع النظام القائم (فى الاطار القائم)				
٣١- شخص يحتاج إلى التغيير المتكرر لاثارة نشاطه				
٣٢- شخص يفضل الزملاء الذين لا يحدثون هزات (تغيرات مفاجئة) فيما هو قائم				
٣٣- شخص يمكن التنبؤ بسلوكه				
٣٤- شخص يستطيع ان يولد افكارا كثيرة وجديدة من فكرة واحدة				
٣٥- شخص يستمتع بالعمل الذى يحتاج دقة وانتباه شديد لكثرة ما يتضمن من تفاصيل				
٣٦- شخص لديه دائما نظرة متجددة لكل المشكلات التقليدية				
٣٧- شخص ذو تفكير ثاقب دائما				
٣٨- شخص يستطيع ان يصل الى اعماق الاشياء دائما				
٣٩- شخص قادر على ان يدفع وينشط كل من حوله				
٤٠- شخص ينشر (يبث) الحيوية والنشاط دائما فى كل من حوله				
٤١- شخص يلتزم بما هو قائم				
٤٢- شخص يحب النمنمة فى كل ما يعمله (نمكى)				
٤٣- شخص يجد سهولة فى تبنى أفكار المجموعة التى يعمل معها.				
٤٤- شخص يحرص على معرفة كل كبيرة وصغيرة فى العمل				
٤٥- شخص تستطيع ان تتوقع ما يصدر عنه من افكار او تصرفات				

١٦ - عندما أواجه مشكلة ما فإننى أتوقف وأفكر فيها قبل أن أتخذ الخطوة التالية ( ) ( )

١٧ - غالبا ما أتخذ أول فكرة تخطر لى فى حل المشكلة ( ) ( )

١٨ - عندما أريد أن أتخذ قرارا ما فإننى أقارن بني البدائل المختلفة وأزن النتائج لكل بديل مقابل الآخر ( ) ( )

١٩ - عندما أضع خطط لحل مشكلة ما فإننى أكون على يقين من نجاحها ( ) ( )

٢٠ - أستطيع أن اتنبأ بنتائج الخطوات التى اقوم بها لحل مشكلة ما ( ) ( )

٢١ - عندما أحاول التفكير فى حل لمشكلة ما فإننى لا أستطيع التوصل إلى بدائل كثيرة ( ) ( )

٢٢ - عندما أحاول حل مشكلة ما ، غالبا ما أستخدم طريقة واحدة وهى أن أفكر فى المشاكل السابقة المشابهة ( ) ( )

٢٣ - أعتقد أننى أستطيع أن أحل معظم المشاكل التى تواجهنى وذلك بأن اعطيها الوقت و الجهد الكافى ( ) ( )

٢٤ - عندما أواجه موقفا جديدا اكون على ثقة بأننى أستطيع التعامل مع المشكلات التى قد تظهر خلال هذا الموقف ( ) ( )

٢٥ - على الرغم من أننى أحاول حل أى مشكلة تواجهنى إلا أننى أشعر أحيانا بأننى أدور وأتخبط ولا أصل الى لب المشكلة ( ) ( )

٢٦ - أقوم بعمل أحكام سريعة وأندم عليها فيما بعد ( ) ( )

٢٧ - أثق بقدرتى على حل مشكلات جديدة وصعبة ( ) ( )

٢٨ - أستخدم طريقة منظمة لمقارنه البدائل وإتخاذ القرارات ( ) ( )

٢٩ - عندما أفكر فى طرق لمعالجة مشكلة ما فإننى نادراً أركب أفكاراً من بدائل متنوعة لأصل إلى حل مفيد وجديد ( ) ( )

٣٠ - عندما تواجهني مشكلة ما فإننى نادرا ما أنتبه للعوامل الخارجية التى لها علاقة بالمشكلة ( ) ( )

٣١ - عندما أواجه مشكلة ما فإن أول ما أقوم به عادة هو جمع البيانات اللازمة لحلها

٣٢ - أكون مضطربا فى بعض الاحيان مما يجعلنى لا أرى البدائل الممكنة لحل مشكلة معينة ( ) ( )

٣٣ - بعد أن أتخذ قرارا ما ، فإن النتائج الفعلية لهذا القرار يتفق عاده مع ما توقعته ( ) ( )

٣٤ - عندما أواجه مشكلة ما فإننى لا أكون متاكد من أننى سأستطيع مواجهتها ( ) ( )

٣٥ - عندما أكون مدركا لمشكة ما فإن من أول الأشياء التى أفعلها هوى أن أحاول أن أكتشف ما هى المشكلة بالضبط ( ) ( )

عمليات الحل الابداعي للمشكلات

تعليمات :

فيما يلي بعض العبارات التي تصف سلوك حل سلوكنا عند حل مشكلة ما ، والمشكلة هو الموقف الجديد الذي ليس لنا به خبرة سابقة ولا تعني الضرورة مأزق أو أزمة .

لكن منا أسلوب في مواجهة هذه المواقف أو المشكلات ، وسوف تساعدك الأجابة على المقياس الآتي أن تعرف الجوانب الايجابيه والجوانب التي تحتاج أن تعيد النظر بشأنها أثناء حل المشكلات .

تأكيد أنك فكرت قبل الاجابة وأن اجابتك تعبر عن تعبيرا دقيقا . إذا كانت العبارة تصف سلوكك تماما أكتبي امامها رقم ٣ - وإذا لم تنطبق اطلاقا اكتبى ١ وإذا كانت نطبق تقريبا اكتبى ٢

١ - عندما أفشل في حل مشكلة ما فإنني لا ابحث في سبب فشل هذا الحل ( )

٢ - عندما تواجهني مشكلة معقدة فإنني لا أعطي الوقت الكافي للتفكير في طريقة ما لجمع المعلومات التي سوف تساعدني في تحديد طبيعة المشكلة . ( )

٣ - عندما تفشل جهودي الأولى في حل مشكلة ما أصبح كثر قلقا بالنسبة لقدرتي على معالجة الموقف . ( )

٤ - بعد أن أتوصل لحل المشكلة فإنني لا أفكر في ايجابياته أو سلبياته ( )

٥ - لدى القدرة عادة على التفكير في بدائل فعالة ومبدعة لمشكلاتي ( )

٦ - بعد أن أتبع مجموعة من الخطوات التي تساعدني في حل مشكلة ما اقارن النتائج التي تحققت فعلا مع تلك التي توقعتها ( )

٧ - أفكر في أكبر عدد من البدائل والحلول الممكنه عندما تواجهني مشكلة ما حتي جميع الأفكار التي مكن أن أفكر فيها ( )

٨ - عندما تواجهني مشكلة ما فإنني أعتمد على إحساسي تجاه هذه المشكلة لكي أعرف ما الذي يحدث في هذا الموقف ( )

٩ - عندما أشعر بالحيرة تجاه مشكلة ما فإنني لا أستطيع أن أتبين ما يرتبط بها من أفكار ومشاعر( )

١٠ - لدى القدرة على حل معظم المشكلات حتى وإن الم يكن حل واضح ( )

١١ - العديد من المشكلات التي أواجهها معقدة حدا بحيث أنني لا أستطيع حلها ( )

١٢ - عندما أحل مشكلة ما فإنني أتخذ قرارات أكو راضيا عنها ( )

١٣ - عندما تواجهني مشكلة ما فإنني أميل إلى أتخاذ أول حل فكرت فية ( )

١٤ - أحيانا لا أعطي الوقت الكافي للتعامل مع مشكلاتي بل أتعامل معها بشكل سريع وسطحي ( )

١٥ - عندما أضع حلولا لمشكلة ما فإنني لا أعطى نفس وقتا كافيا لتقييم النجاح المحتمل للبدائل المتعددة ( )

١-٥ معوقات التفكير الابداعى

على ضوء ما سبق مناقشته يطرح السؤال التالى

لماذا يتفاوت التلاميذ فى التفكير الابداعى؟ إذا كان التفكير نتيجة للتفاعل بين الامكانات المعرفية والوجدانية والاجتماعية من ناحية والبيئة من ناحية أخرى ... فما هى المعوقات التى تحول دون تعبير البعض عن امكاناتهم الابداعية؟ وهل تسهم معرفة هذه المعوقات فى تنمية الامكانات الابداعية؟

اهتم بعض الباحثين بموضوع معوقات التفكير الابداعى ... واعتبروا ان تحديد ودراسة هذه المعوقات خطوة نحو تنمية الابداع. وسوف نعرض فيما يلى بعض هذه المعوقات - كما سنعرض لأحد مقاييس معوقات الابداع.

ونترك للأخصائى مهمة تصميم وبناء هذه الوحدة على ضوء الخطوات التى سبق عرضها وبالاستعانة بالاسس التى تم طرحها فى الجزء الأول من الدليل

كيف يستخدم الأخصائى النفسى ادواته فى تعريف التلاميذ بمقومات الابداع وكيف يختار الاستراتيجيات التى تساعدهم على الوعى بها ومقاومتها.

لقد قسم الباحثون هذه المعوقات إلى أربعة مجموعات :

أولا : معوقات فى الاستراتيجيات التى يستخدمها الفرد - فهو لديه استراتيجيات غير مناسبة لهدفه ، ولا يدرك عدم كفاءتها، أو يصر على استخدام استراتيجيات غير مناسبة - او يرفض الاستراتيجيات المناسبة - من الاستراتيجيات غير المناسبة.

عجز الفرد عن تحليل المشكلة إلى وحدات اصغر

فشل الفرد فى وضع خطة ذات خطوات واضحة

فشل الفرد فى رؤية المشكلة من زوايا متعددة

فشل الفرد فى تجربة استراتيجيات جديدة

اختيار الفرد لما يتجاوز امكاناته.

ثانيا: معوقات مرتبطة بصورة الفرد عن نفسه:

نقص الشعور بالثقة

الانشغال بقضايا عديمة الأهمية

الخوف من الفشل.

القلق الزائد.

عدم القدرة على المبادأة.

التردد عندما تتاح فرص جديدة.

ثالثا: معوقات مرتبطة بإدراك الفرد لما حوله

العجز عن إدراك وجود مشكلة

ضعف القدرة على ادراك التفاصيل

ضعف القدرة على تحليل المشكلة او تحديد الهدف.

العجز عن الاستماع للغير

رابعا: معوقات مرتبطة بالقيم

مسايرة الشائع دون تفكير

الخوف من إظهار المشاعر الحقيقية

التقيد بالقواعد دون تفكير

رفض الافكار الجديدة

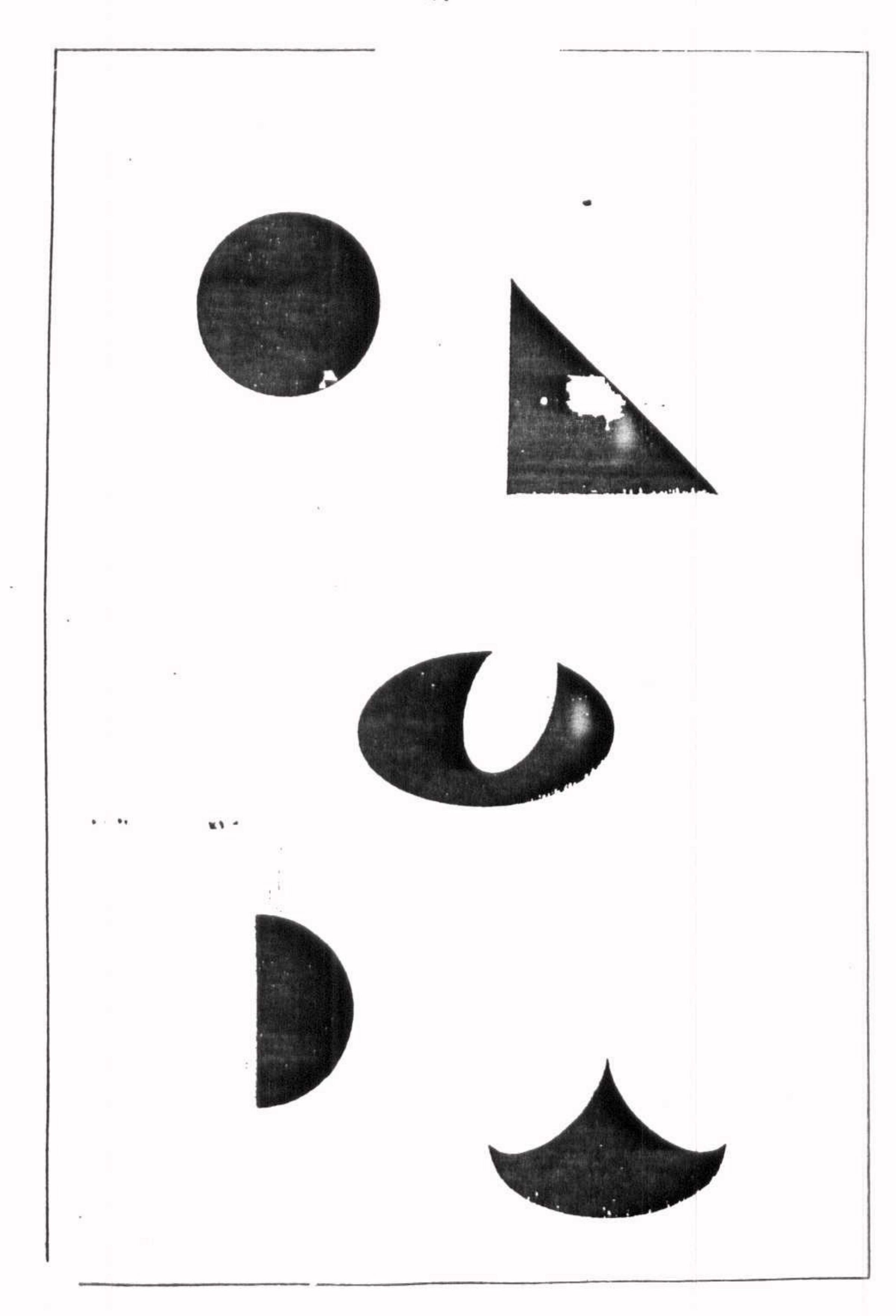
التعصب لرأى او جماعة.

فيما يلى نذكر بعض المعوقات الشائعة :

أولا : هناك حل واحد صحيح

إذا كان الابداع هو رؤية جديدة للواقع فإن الاعتقاد بوجود حل واحد صحيح يلغى أى محاولة للتجديد ... وقد أشرنا لهذا المعنى عند الحديث عن السلوك الذكى عند مناقشة المثابرة.

فيما يلى تدريب يمكن للأخصائى ان يقدمه لترسيخ مفهوم المثابرة والتأكيد على عدم وجود حل واحد صحيح.



خطوات تقديم التدريب

١) اعرض الرسوم على التلاميذ

٢) اطلب منهم تحديد الشكل المختلف.

٣) سوف تجد أن اكثر الاجابات تدور حول اختيار الشكل (ج) لانه يبدو غير كامل.

٤) استخدم مفهوم المثابرة واطلب منهم ان يستمروا فى البحث عن تحديد الشكل المختلف.

٥) سوف يتوصل التلاميذ إلى أن اى شكل يمكن ان يكون مختلفا وهذا دليل على عدم وجود حل واحد صحيح - وان بذل الجهد والمثابرة تصل بنا إلى نتائج لم نكن نتوقعها وأن المرونة اى رؤية الاشياء من زوايا متعددة تصل بنا إلى نتائج جديدة.

ثانيا: الخوف من الفشل:

يدعم المجتمع النجاح ويرفض الفشل، وهذا أمر طبيعى فى الحياة اليومية حيث هناك اساليب مستقرة للقيام بالمهام اليومية فى الحياة. ولكن الابداع يخرج من دائرة المهام اليومية والاساليب المستقرة فالابداع رفض الواقع والبحث عن الجديد، ولا شك أن فى ذلك احتمال كبير للفشل ويكفى أن نقرأ تاريخ المخترعين لنتبين مدى الفشل الذى تعرضوا له - ولكن العالم والمخترع والمبدع يتعلم من الفشل ما يقربه من النجاح. اما الخوف من الفشل فيضع الانسان فى اطار المضمون ... والمضمون هو الأمر الشائع المستقر .. وليس الابداع.

ثالثا: تجنب الغموض:

يسعى البشر للاشياء الواضحة التى لا تثير لديهم القلق - والابداع شىء غير واضح بطبيعته وبالتالى يضع المبدع فى مناخ غير واضح او مضمون وبالتالى مناخ مثير للقلق .. ولكنه قلق ايجابى فمن يتحمل الغموض يستطيع ان يتحمل مواقف غير واضحة، يسعى هو لخلق معنى لها لا يستطيع الآخرون التوصل إليه - وهو فى هذا يحقق التفكير الابداعى.

رابعا: الاعتقاد بأن الابداع لفئة مميزة :

كثير ممن لديهم طاقات إبداعية لا يدركونها ولا يعبرون عنا بالتالى لا يسعوا لتنميتها ونسمع هؤلاء يقول "أنا لست مبدعاً" وهذا الاعتقاد يضر بصاحبه ويحرمه من التعبير عن طاقاته الابداعية.

خامسا : اتباع القواعد المتفق عليها :

الابداع خروج عن القاعدة المتفق عليها فى حدود المقبول. وهذا ما يسميه العلماء الحرية المقننة، وكلما ضيق الانسان حدود المقبول ، كانت فرصته فى الابداع أقل.

هناك خلط بين الآراء الشائعة التى استقرت وفرضت وجودها على عقول البشر دون مبرر حقيقى وبين الحدود التى تضعها الأديان والقوانين وإن التقيد بهذه الحدود يعطل الابداع.

الخطوة الاولى فى التفكير الأبداعى رفض الواقع فى حدود الحرية المقننة.

سادسا: التقيد بما يبدو منطقيا:

المنطق بناء اساسى فى التفكير - ينصب على العلاقة بين المقدمات والنتائج. واحيانا تكون هذه العلاقة مباشرة - أما فى الابداع فتكون العلاقة بين المقدمات والنتائج غير مباشرة وغير واضحة. ولذلك فإن من يصر على العلاقات المباشرة يقاوم العلاقات الغير مباشرة التى هى روح الابداع - وهذا يفسر رفض كثير من الافكار المبدعة عند ظهورها.

١-٦ صعوبات التعلم

صاحب التقدم العلمى فى دراسة التفكير والتعليم والتعلم تقدم فى ادوات التشخيص اتاحت للمتخصصين دراسة جوانب من الشخصية لم تكن متاحة للدراسة من قبل - منها مشكلة صعوبات التعلم. وصعوبات التعلم هى دالة التفاعل بين امكانات التلميذ المعرفية والوجدانية والاجتماعية والصحية وما يحققه من نتائج.

وقد انتشرت ظاهرة صعوبات التعلم فى العالم، واثارت بالتالى إهتمام الباحثين، وسوف نكتفى هنا بالاشارة إلى أن تشخيص صعوبات التعلم هو حجر الزاوية فى علاجها.

وهذا يدعونا إلى الإشارة السريعة الى أن هناك اتجاه يتحيز إلى العوامل الوجدانية لتفسير تلك الصعوبات مثل ضعف الدافعية ، ارتفاع القلق، الاهمال، اللامبالاة، عدم تحمل المسئولية.. الخ. هذا التحيز قد يضلل الاخصائى النفسى ويأخذه بعيدا عن الاسباب الحقيقية.

وتحتل العوامل الاجتماعية المرتبة الثانية بعد العوامل الانفعالية - فتفسر صعوبات التعلم بانها مرتبطة بانفصال الوالدين ، او بسفر احدهما او كلاهما ، او بمرور الأسرة بحادث وفاة .. الخ وهذا ايضا قد يأخذ الاخصائى النفسى بعيدا عن العوامل الحقيقية.

ونأتى اخيراً للعوامل المعرفية والتى يلخصها كثير من الباحثين تحت مفهوم الذكاء.

ونظرا لتوفر مقاييس الذكاء فإنها تستخدم لتشخيص حالات صعوبات التعلم - وتكون النتيجة أن كثير من التلاميذ الذين يعانون من صعوبات التعلم متوسطى الذكاء على الأقل. كما يتبين من ادائهم على مقاييس الذكاء المستخدمة.

هنا يطمئن الأخصائى النفسى إلى أن صعوبات التعلم لا ترجع لعوامل معرفية، وبالتالى يتجه إلى العوامل الانفعالية أو الاجتماعية ولا شك أن صعوبات التعلم ترتبط بصورة ما بالعوامل الانفعالية والاجتماعية. ولكن الخطورة هنا هو فى استبعاد الاخصائى النفسى للعوامل المعرفية بناءا على مقاييس الذكاء التى استخدمها فى التشخيص.

المسلمة التى يبنى الاخصائى النفسى عليها استبعاد الذكاء او العوامل المعرفية مؤداها ان مقاييس الذكاء، تتضمن العمليات المعرفية اللازمة للنجاح المدرسى، فإذا تبين من هذه المقاييس ان التلميذ متوسط الذكاء، فهذا يعنى ان لديه المستوى المناسب من العمليات المعرفية، وبالتالى فلابد ان تكون المشكلة فى العمليات الوجدانية او الظروف الاجتماعية.

المسلمة السابقة غير دقيقة فى كثير من الأحيان فعلى ضوء التقدم العلمى وبخاصة علم النفس المعرفى ونظرية تجهيز المعلومات أو معالجة المعلومات، توصل الباحثون إلى تحليل المهام المعرفية إلى عمليات صغرى يمكن ملاحظتها وقياسها وتنميتها ولكن مقاييس الذكاء فى الاغلب الأعم لا تضم كل هذه العمليات، وبالتالى فإن الاعتماد عليها فى التشخيص قد لا يؤدى الى الدقة المطلوبة، وقد بدأ ظهور مقاييس تشخيصية مناسبة تحقق الاهداف العلمية بهذا الشأن.

إن تشخيص اوجه القصور فى العمليات المعرفية يفتح الطريق لعلاجها - وهذا لا ينفى ولا يتعارض مع تفاعل العوامل الانفعالية والاجتماعية مع العوامل المعرفية، فنحن نتكلم عن منظومة البناء النفسى، وإنما المهم هنا تحديد الاسهام النسبى لكل جانب من الجوانب الثلاثة.

نحن نعرض هذا الموضوع الهام وبهدف دعوة الاخصائى النفسى لمراقبة عملية التشخيص وما يجرى فيها، وما نتوصل اليه من نتائج يترتب عليها قرارات تحدد مصير تلميذ.

١-٧ عادات الاستذكار

يقع التحصيل الدراسى او النجاح الدراسى على قمة اولويات التلميذ والنظام التعليمى - ومن هنا كان الاهتمام بالعوامل التى تسهم فى تحقيق النجاح الدراسى، وقد انتبه الباحثون إلى عادات الاستذكار باعتبارها عاملا هاما فى التحصيل الدراسى.. فالنظام التعليمى والأسرة يطالب التلميذ ببذل الجهد فى الاستذكار، ولكن لا يزوده بالمهارات او الاستراتيجيات التى توجه هذا الجهد إلى نتائج ايجابية. ويقدم الباحثون فى مجال عادات الاستذكار او اساليب التعلم والاستذكار بعض التوجيهات التى تساعد التلاميذ على رفع كفاءة عادات الاستذكار لديهم - مع

مراعاة الفروق في تفضيل التلاميذ لأسلوب على اسلوب آخر. إذن لدينا مجموعة من الاستراتيجيات، وايضا لدينا عددا من الاساليب، فما يصلح لتلميذ ما قد لا يصلح لآخر.

وتبنى اساليب التعلم على اسس مبادىء نظريات التعلم.

وتضم بحوث عادات الاستذكار او اساليب التعلم حصر العوامل الطبيعية التى تؤثر سلبا او ايجابا فى كفاءة التعلم: مثل التغذية، الإضاءة، مكان الاستذكار، درجة الحرارة، الضوضاء.

وتتناول هذه البحوث تحليل العوامل ذات التاثير فى كفاءة التعلم بدءا من الاعداد للدرس، والاستماع للمعلم، ومراجعة الدرس السابق ... الخ.

كما تتناول مشكلات التعلم: بطء القراءة، مشكلة القراءة الجهرية، مشكلة متابعة عين التلميذ للمادة المكتوبة وتأخذ هذه المشكلة صورا مختلفة فقد يثبت التلميذ عينيه على ما سبق قراءته، أو على ما يقع تحت بصره مباشرة دون التقدم للأمام، أو أن يكون المدى البصرى لديه محدودا فلا يرى إلا جزءا صغيرا من المادة المكتوبة.

ثم ينتقل الى مشكلات التركيز المعرفى كالسرحان، والعجز عن نتقاء الافكار الهامة او الرئيسية.

ثم يقدم الاستراتيجيات التى تساعد على رفع كفاءة التعلم.

كيف يوظف الاخصائى النفسى هذه المفاهيم من أجل رفع كفاءة التلاميذ، او حل مشكلاتهم، او تنمية وعيهم بالعادات الايجابية؟

كيف يدرب الأخصائى النفسى التلاميذ على الانتباه للعادات السلبية وتنمية العادات الاجابية.

كيف يتعاون مع الفريق التربوى من أجل تحقيق هذه الأهداف.

وكيف يتعاون مع الأسرة من أجل توفير مناخ يساعد على التعلم والاستذكار.

هناك ادوات واستراتيجيات يمكن للخصائى استخدامها لتنمية وعى التلميد بعاداته، واتاحة الفرصة له لادراك علاقتها بما يبذله من جهد وما يحققه من نتائج تمهيدا لتدريبه على الاستراتيجيات الايجابية. وتدريبه على تقييم ادائه وتعديله سعيا لرفع كفاءته.

(١-٢) التوافـــــق

التوافق مفهوم مركب يتضمن مفاهيم متعددة تشير إلى مدى ما يحققه الفرد من رضا يرتبط باشباع حاجاته واهدافه بما يتناسب مع امكاناته - وبما يحقق لنفسه لمجتمعه ولبيئته من تقدم ورضا - على ألا يكون ذلك ببذل جهد مبالغ فيه أو تحمل أعباء لا قبل له بها.

وقد اهتم الباحثون بدراسة التوافق، فمنهم من درسه كمفهوم كلى، ومنهم من درسه كمفهوم يضم بداخله مفاهيم فرعية كالتوافق الصحى، التوافق الاجتماعى، التوافق الدراسى ...الخ.

وهناك مقاييس عديدة لدراسة التوافق نعرض منها لمقياس تكميل الجمل وهو مقياس شبه اسقاطى حيث يطلب من التلاميذ اكمال الجمل الناقصة ثم يتم تصحيح الإجابات تبعا لما ذكره التلميذ. واجابات تدل على التوافق وتحصل على + واجابات تدل على سوء التوافق وتحصل على (-) على الاساس التالى : - وإجابات محايدة تحصل على صفر.

مثال :

أسرتى سعيدة ومتعاونة +

أسرتى مفككة ومضطربة -

أسرتى مكونة من امى وابى واخوتى صفر

الاجابة الأولى لها مضمون وجدانى ايجابى

والاجابة الثانية لها مضمون وجدانى سلبى

والاجابة الثالثة وصف موضوعى

ثم يجمع الاخصائى عدد الاجابات الايجابية وعدد الاجابات السلبية وعدد الاجابات المحايدة ليبدأ مناقشة حول مصادر الاجابات السلبية والايجابية، وضع أهداف لتحسين الظروف التى أدت للاجابة السلبية وتعلم استراتيجيات لمواجهة هذه الظروف . ويمكن استخدام هذا المقياس مع مجموعة من التلاميذ أو مع الحالات الفردية التى تتطلب المساعدة، ويستطيع الأخصائى النفسى أن يستعين بهذا ويمكن للتلاميذ عدم ذكر اسمائهم بما يتيح الفرصة للاخصائى أن يشركهم فى تصحيح المقياس وبالتالى يتيح لهم فرصة الاطلاع على نماذج عديدة من التوافق وسوء التوافق. هذه الخبرة تساعد التلاميذ على إعادة ادراكهم لبعض جوانب حياتهم من خلال مقارنتهم لاجاباتهم باجابات الآخرين.

اختبار روتر لتكميل الجمـــل

أكمل هذه الجمل لتعبر عن مشاعرك الحقيقية. حاول أن تكمل كل جملة - أجب بجمل مفيدة.

١- أحب :

٢- أسعد الأوقات :

٣- أريد أن أعرف :

٤- في البيت :

٥- أشعر بالندم :

٦- عندما أذهب لأنام :

٧- الشبان :

٨- الأحسن - الأفضل :

٩- يضايقني - مما يثير ضيقي :

١٠- الناس :

١١- الأم :

١٢ - أشعر :

١٣- أخاف جداً:

١٤- في المدرسة :

١٥- لا أستطيع :

١٦- أوقات الفراغ:

١٧- عندما كنت طفل:

١٨- أعصابي :

١٩- الناس الآخرون:

٢٠- أعاني:

٢١- فشلت :

٢٢- عقلي - تفكيري :

٢٣- أحتاج إلى :

٢٥- الزواج :

٢٦- أكون فى أسعد حالاتى عندما :

٢٧- أحياناً :

٢٨- يؤلمنى :

٢٩- أكره :

٣٠- هذه المدرسة :

٣١- أنا في غاية :

٣٢- مشكلتى الوحيدة :

٣٣- أود أن :

٣٤- أبى :

٣٥- أنا :

٣٦- (سراً) أنا

٣٧- همى الأكبر :

٣٨- معظم البنات :

٣٩- أوقات الفراغ:

٤٠- عندما أكون فى جماعة من الاصدقاء

(٢-٢) الوعى بالــذات

الوعى بالذات هو أحد مكونات الذكاء الوجدانى. ويرتبط مفهوم الوعى بالذات بمفاهيم أساسية فى الشخصية مثل مفهوم الذات وتقدير الذات ويتكون من خلال تفاعل الفرد مع الآخرين، ومن خلال المواقف التى يمر بها يتكون مفهوم الذات كما تتكون المفاهيم الأخرى، ولكن مفهوم الذات له أهمية خاصة فى حياة البشر ذلك أنه يوجهنا إلى تقدير كفاءتنا فى الحياة ... فالمفهوم الايجابى يدفعنا نحو وضع أهداف ايجابية والسعى لتحقيقها - والمفهوم السلبى يدفعنا نحو أهداف سلبية ومشاعر سلبية لا تتناسب مع ما لدينا من امكانات ويرتبط بمفهوم الذات، مفهوما أخر هو تقدير الذات او احترام الذات، أى تقدير ايجابياتنا ، وهو احد الحاجات الاساسية التى يسعى الانسان لتحقيقها من أجل تحقيق ذاته، وتقدير ما نبذل من جهد، ووضع معايير تحفظ لنا هذا الاحترام، ويرتبط باحترام الذات اى تقبل ايجابياتنا ، وتفهم سلبياتنا دون ندم او شعور بالعجز.

ويرتبط بهذه المفاهيم مفهوم الوعى بالذات أى مدى قدرة الفرد على ملاحظة ذاته، وتقييم ادائه، وتحديد ايجابياته وسلبياته - والوعى بالذات هو جوهر التنمية الشخصية ومساعدة الذات، وبدون وعى الفرد بذاته تختل قدرته على على ادارة حياته وتخطيط اهدافه وتقدير امكاناته الحقيقية فيما يستطيع وما لا يستطيع ويختل ادراكه للواقع فيجد صعوبة فى تحمل مسئولياته ... وتنمية الوعى بالذات إلى جانب أنها تجنب الفرد سلبيات عديدة فانها تضيف اليه ايجابيات عديدة، فالوعى بالذات الخطوة الاولى لتعديل الذات ولذلك يعتبر الوعى بالذات احد المكونات الخمسة الاساسية للذكاء الوجدانى .

ولذلك ندعو الاخصائى النفسى إلى الاهتمام بها وتنميتها سواءالوعى بالذات إلى جانب أنها تجنب الفرد سلبيات عديدة فإنها تضيف إليه ايجابيات عديدة ، فالوعى بالذات الخطوة الأولى لتعديل الذات ولذلك يعتبر الوعى بالذات احد المكونات الخمص للذكاء الوجدانى.

ولذلك ندعو الاخصائى النفسى إلى الاهتمام بها وتنميتها سواء لدى جميع التلاميذ أو من يعانون من مشكلات خاصة، ويجد الاخصائى النفسى مقاييس متعددة لمفهوم الذات الباحثين - ويستطيع الاخصائى تطبيق احداها ثم مناقشة النتائج بما يساعد التلاميد على التقدم نحو تنمية الوعى بالذات لديهم.

ومفهوم الذات مفهوم مركب، فهناك مفهوم الذات الجسمية ، ويرتبط بمفهوم الفرد عن جسمه وصحته ومدى اعجابه او نفوره من مظهره وكذلك الذات الشخصية التى تتناول خصائصه الوجدانية والذات الاجتماعية التى تتناول كفاءة الفرد وتقبله من الآخرين.

مثال للتدريب يمكن للأخصائى النفسى القيام به.

أن اى مقياس وأى نشاط يساعد الفرد على أن يعرف معلومات دقيقة عن ذاته يعتبر خطوة نحو الوعى بالذات. وفيما يلى مثال يمكن للأخصائى استخدامه:

١- اقرأ الصفات الآتية وضع علامة على الصفات التى تتوفر لديك.

أنا شخص

اراعى شعور	كريم	اتحمل المسئولية
الآخرين	امين	متعاطف
اصمم على رأى	محب	متسامح
متحمس ودود	أمن (هادىء)	عاطفى
اساعد الآخرين	محترم	يعتمد على
عطوف	اتحكم فى نفس	اعفو عن الآخرين
نبيل الخلق	مفكر	افضل العمل اليدوى
صبور	حذر	ملهم
ادعم الآخرين	مجامل	رحيم
احب العمل مع فريق	اكد واجتهد	حلال المشاكل
عاطفى	عادل	متدفق الفكر
شجاع	رياضى	سريع التعلم
ملتزم	شريف	اهل للثقة
مخلص	رسول سلام	متجدد التفكير

٢- اعط هذه الصفات ارقاما تبدأ بالرقم ١ إلى ١٠ تبعا لمدى انطباقها عليك.

٣- ضع علامة على الصفات التى لا تتوفر لديك وتتمنى أن تتصف بها.

٤- رتبها كما فعلت فى الخطوة ٢.

٥- قارن بين الصفات فى رقم (٢) والصفات فى رقم (٤).

٦- كيف تفسر اختيارك لهذه الصفات، اى لماذا اخترت هذه الصفات.

٧- اى الصفات أهم لحياتك

٨- ماذا يحدث لو امتلكت الصفات التى ذكرتها فى القائمة فى الخطوة (٤)

٩- هل تعرف احدا لديه كل الصفات فى القائمة (٤) اذكر اسمه.

١٠- هل تعرف احدا لديه كل الصفات فى القائمة (٢) اذكر اسمه.

قارن بين الشخصين.

الهدف من هذا التدريب تعميق وعى الفرد بذاته - واتاحة الفرصة له أن يعرف أن النسبية هى قانون الحياة.

يمكن أن يستكمل الاخصائى النشاط بان يطلب من التلاميذ ذكر الصفات التى لا يحبونها فى انفسهم وكيف يستطيعون تعديلها او تغييرها.

(٢-٣) الغضب
كيف ندركه وكيف نتعامل معه

يقول أحد الحكماء : "هناك دائما مبررات للغضب ولكنها مبررات غير كافية". الغضب من المشاعر الهامة فى حياتنا الوجدانية - الغضب انفعال طبيعى ولكنه إذا تمكن من الإنسان ، توقف التفكير، وتراجع المنطق، بل وتراجعت كل المشاعر النبيلة - ويرى الباحثون أن أفضل طريق لمقاومة تحكم الغضب ، ألا نعطيه فرصة فى التحكم فينا ، أما إذا وصل الغضب إلى تملكنا فلا حيلة لنا فى مقاومته.

الغضب أسلوب للتعبير عن مشاعرنا ويتفاوت البشر فى التعبير عن مشاعرهم فهناك من يبالغ فى التعبير عنها وهناك من يبالغ فى إخفائها - وكلاهما يحمل بنائه النفسى عبأ كبيرا.

الهدف من هذه الوحدة أن نتعلم كيف نقاوم الغضب فى بدايته.

قد يطلب الاخصائى النفسى من التلاميذ بعد هذه المقدمة أن يذكر موقفا أغضبه وكيف عبر عن غضبه ، وكيف استجاب الطرف الآخر وكيف انتهى الموقف - ما الذى حققه ؟ وما الذى خسره؟

الغضب دائما يرتبط بشخص آخر أو يحدث تسبب فيه وبالتالى يرتبط باللوم - لاحظ نفسك فى موقف الغضب كم مرة بدأت الحديث (أنا) وكم مرة بدأته (أنت) التعبير عن المشاعر يبدأ (أنا) والتعبير عن الغضب يبدأ (أنت).

* كيف يساعدك التعبير عن نفسك بدون لوم وبأسلوب بناء - فى الرضا عن نفسك ؟ الرضا فى علاقتك بالآخرين ؟ شعورهم بالرضا فى علاقتهم بك.

فيما يلى بعض الأمثلة المثيرة للغضب

انفجر من الغضب	↑	حين يرفع والدى مصروف شقيقتى
	↑	ولا يرفعا مصروفى

↑

اغضب جدا ↑ حين يوجه لى المعلم لوما لا استحقه

↑

↑

اغضب ↑ إذا بذلت جهدى فى استذكار الدرس

↑ وحصلت على درجة ضعيفة

↑

ماهى المواقف التى التى تثير غضبك بدرجة متوسط - بدرجة كبيرة - بدرجة لا تحتمل؟ وكيف تواجه الغضب (النوم - الصراخ - البكاء -- المناقشة) اكتب أمثلة من حياتك

* هل يمكن تجنب الغضب؟ لا
* الغضب انفعال طبيعى فى مواقف الحياة اليومية.
* أسلوب الاستجابة للغضب قد يكون بناء أو غير بناء.
* الغضب انفعال طبيعى وليس محل تقييم ولكن استجابتنا للغضب هى محل التقيم فقد تكون بناءة أو غير بناءة.
* فكر فى موقف تسبب فى غضب شخص ما منك - كيف كان شعورك حين وجه هذا الشخص نحوك مشاعر الغضب؟
* كيف كان شعورك حين وجعت غضبك نحو الشخص الذى اغضبك؟
* هل توجه الغضب لنفسك أحيانا؟
* أذكر ٥ طرق تواجه بها شعورك بالغضب ، أيها الأفضل؟
* ماهو الأسلوب الإيجابى للتعبير عن الغضب؟
* ما هو الأسلوب السلبى للتعبير عن الغضب؟ أيهما أسهل بالنسبة لك؟
* كيف يكون شعورك نحو نفسك وأنت غاضب؟
* ماهى الجوانب الإيجابية والجوانب السلبية للتعبير عن الغضب؟

الإنسان لا يستطيع أن يكون إيجابيا إذا كان غاضباً. هل هناك وسيلة تجعلنا أقل غضبا وبالتالى نكون أقدر على التفاعل الإيجابى؟ فكر فى بدائل تساعدك على التغلب على الشعور بالغضب؟

الغضب شعور طبيعى ومقبول ، ولكن الغضب إذا تجاوز المقبول أصبح مشكلة يجب مواجهتها.

مواقف مثيرة للغضب :

تعهد صديقك بشراء نسخة من كتاب علم النفس لك. فوجئت أنه احضر نسخة واحدة ولم يحضر نسختك.

كيف يكون شعورك

(أ) أغضب ولا اكلمه

(ب) اتهمه بالانانية.

(ح) أخذ الكتاب لأنه مسئول عن إحضار كتاب لى.

(ء) أعبر عن شعورى بدون ابداء اللوم واطلب منه تفسير.

الأمثلة الآتية تساعدك فى فهم نتائج سلوكك هل هى إيجابية أو سلبية :

* أشعر بالرضا عن سلوكى.
* اكتسب ثقة فى نفسى.
* اجرح شعور زميلى
* يلومنى الآخرين
* اكسب اصدقاء
* اكسب أعداء
* أحل المشكلة.
* استبدل مشكلة بمشكلة أكبر.

نتائج سلوكى : اختار من القائمة السابقة ما يعبر عنك فى مواقف الغضب

(أ)

(ب)

(ج)

(د)

(هـ) إذا لم تتضمن الأمثلة السابقة ما يعبر عنك فالرجاء إضافة ما تراه فيما يلى:

استرجع بعض المواقف حين كنت غاضبا وكيف كانت استجابات الآخرين لك : استجابات إيجابية استجابات سلبية - شعرت بالرضا نتيجة لها - شعرت بعدم الرضا نتيجة لها.

* **هل تستجيب للآخرين فى حالة الغضب كما تحب أن يستجيب لك الآخرون؟ لماذا؟**

* ما هى الاستجابات الضارة والاستجابات غيرز الضارة ؟
* كيف أستطيع وضع نفسى مكان الآخرين؟
* حين يعبر أحد عن غضبه مني، فإننى أستطيع أن أحسن التصرف إذا ....
* حين أغضب من أحد فإننى أحسن التعبير عن نفسى إذا ....
* حين يعبر أحد عن غضبه منك ما هو أكثر شيء يجوح شعورك؟ ما هو أكثر شيء ايجابى بالنسبة لك؟ ما هو أكثر شيء تخشاه فى هذا الموقف؟
* حين تعبر عن غضبك نحو شخص ما . ما هو أسوأ شيء فى هذا الموقف ، ما هو أكثر شيء إيجابى ، ما هو أكثر شيء تخشاه؟
* ماذا تريد أن تغيره فى أسلوب تعاملك مع الآخرين؟ فى أسلوب معاملة الآخرين لك؟
* ماذا تفعل لو وجه إليك أحد غضبه بأسلوب غير مناسب وضار؟

الغضب انفعال طبيعى فإذا أحسنا استجابتنا للغضب نستطيع أن تكون علاقتنا حميمة بالجميع.

هذا ليس من العدل فى شيء

كل منا يمر بمواقف يشعر فيها بالإضطهاد أو الظلم وأن ما يناله ليس عدلا. وهذه مواقف تحدث للجميع. تذكر أحد المواقف التى شعرت فيها بالظلم وأذكرها لتشارك زملائك فيها.

* كيف استجبت فى مواجهة هذه المواقف؟
* كيف كا شعورك قبل أن تذكر الموقف الظالم؟ وأثناء ذكره وبعد ذكره؟
* هل شعرت بأن الجميع مهتما ومساندا لك؟
* ما هى أكثر الأساليب نجاحاً فى مواجهة الظلم؟ كيف تواجه الظلم فى حياتك؟
* هل هناك عدل مطلق؟ هل من المنطقى أن نتوقع العدل دائما؟ لماذا؟ هل توقع العدل دائما يعرضك للغضب وخيبة الأمل والإحباط؟ ما هو التوقع المنطقى الواقعى فى مسألة العدل والظلم؟
* ما الذى يمكن تغييره وما الذى لا يمكن تغييره فى موقفك (الذى أثار الشعور بالظلم).
* من الذى تستطيع اللجوء إليه وتتوقع منه التفهم والمساندة.
* كلنا نشكو أحيانا بل كلنا نحتاج أن نشكو نحب أن نشكو من وقت لآخر مما يصادقنا من مواقف نشعر حيالها بالظلم - فإذا كان العدل نسبى فلابد أن يكون الظلم نسبى أيضا -

الشعور بالظلم يؤدى إلى الشعور بالغضب وهذا الشعور يتعاظم وينمو من داخلنا ولكن هناك أساليب تساعد فى توجيه الغضب إلى مسارات إيجابية.

* بعض الناس يحبون الشكوى ويعشقون الشعور بالظلم ولكن هذا السلوك لا يؤدى بهم الى أى نتائج ايجابية كيف نجعل من الشعور بالظلم مدخلاً إيجابيا.

مثال: اتفقت مع زميلك على أن يحضر للاستذكار معك ليلة الامتحان لأن لديه مذكرات أفضل من مذكراتك وقبل الموعد بأقل من ساعة اتصل بك تليفونيا واعتذر بأى سبب عن عدم الحضور.

هذا ليس عدلا وهذا مثيراً للغضب فعلاً . كيف تواجه الموقف؟

ممكن يستبد بك الغضب مما يشتت طاقتك عن التحصيل وممكن التفكير فى جوهر الموقف: زميلى لا يريد مساعدتى، م كيف اساعد نفسى؟

فكر فى ٣ بدائل ؟

(١) مثال: سوف أركز جهدى فى مذكراتى بالإضافة إلى الكتاب لأحصل على أفضل النتائج.

(٢)

(٣)

تحكم فى غضبــــك

من الشائع أن نقول "فلان اغضبنى" الواقع لا يستطيع أحد أن يغضبك أحد، ولكن أنت الذى تخلق الشعور بالغضب.

أجب عن الأسئلة الآتية بإن تضع علامة على الاجابة التى تعبر عنك ثم احسب مجموع درجاتك.

مكالمة تليفونية:

اتصلت بصديقك تليفونيا وتركت له رسالة ولكنه لم يتصل بك. الأغلب أنك سوف تفكر فى أحد البدائل الآتية:

(١) سوف اتصل بها مرة أخرى.

(٢) انه سخيف

(٣) أنه لا يحترمنى أو لا يحبنى.

(٤) أنا لا أتصور ولا أقبل عدم رده على مكالمتى.

(٥) انه اخطأ فى حقى كان يجب أن يتكلم.

الفصل:

وجه لك الاستاذ نقداً أمام الفصل الأغلب أنك سوف تفكر فى احد البدائل الآتية :

(١) بعض ما قاله الأستاذ صحيح ويجب أن أغير بعض عاداتى.

(٢) أنه لا يحسن التصرف.

(٣) لابد أن عنده مشاكل تسبب له الإحباط، وهو يحاول إحباطه علي.

(٤) لقد أحرجنى بشدة ولا أعرف كيف اواجه نظرات الزملاء.

(٥) كان يجب عليه أن يتصرف بكياسة أمام الفصل.

المكتبة :

أمين المكتبة بطيئ الحركة - ويجعلنا ننتظر فى طابور طويل قبل تسجيل الكتاب . الأغلب أنك سوف تفكر فى احد البدائل الآتية :

(١) طالما أننى انتظر فلا بأس من تصفح الكتاب.

(٢) ياله من مزعج.

(٣) انه يتعمد الإساءة الينا.

(٤) سوف لا يسمح لى الأستاذ بدخول الفصل متأخراً.

(٥) يجب عليه الا يدع التلاميذ ينتظرون كل هذا الوقت.

أجمع درجات الإجابات فى الأمثلة الثلاث.

لكى تستفيد من التدريب يجب أن تختار الإجابة التى تمثلك حقيقة - من الواضح أن الإجابات ٢-٥ غير منطقية - بل إنها تؤدى للشعور بالغضب وهذا ما نعنيه بأنك تخلق الغضب لنفسك فالإجابات ٢-٥ لا تساعدك فى مواجهة الموقف ولكى نتدرب على البدائل نتصور بعض المواقف ونفكر فى أساليب استجابتنا لها.

الغضب انفعال طبيعى ولكنه يجعلنا نشعر بعدم الرضا ولذلك من المفضل أن نتعلم كيف نتحكم فيه وسوف نحلل الإجابات المختلفة كما وردت فى الأمثلة السابقة:

(١) الإجابة (١) تشير لشخص ينظر للموقف بواقعية ويحاول التعامل معه بما يفيده ويساعده - وهو شخص لا يخلق الغضب ولا ينميه.

(٢) الإجابة (٢) تشير إلى شخص يصنف الناس تحت فئات سلبية : لا يحسن التصرف مزعج . Labeling

سخيف، حقيقة لقد تسبب لك هذا الشخص فى الإزعاج ولكن الصاق صفة سلبيه به معناه أنه سلبى بشكل عام أنه سخيف أو مزعج بشكل عام وبالتالى يستوجب اللوم مما يزيد من حدة الموقف - الخطأ فى موقف ليس بالضرورة خطأ مطلق.

(٣) الإجابة (٣) تشير إلى شخص يقرأ أفكار الآخرين. فانت تعطى الأسباب التى ترضيك والتى تفسر بها لنفسك السلوك الذى صدر من الشخص الآخر - هذه التفسيرات خاصة بك وليس بالضرورة أنها تفسير حقيقى لسلوك الشخص الآخر لأنه لم يذكرها ولم يناقشها معك - إن قراءة أفكار الآخرين توسع الخلاف والصراع بين أطراف الموقف.

(٤) إذا كانت إجاباتك فى (٤) فإنك تبالغ فى الجانب السلبى للموقف وتجعل هذا الموقف نهاية العالم وهو بالقطع ليس كذلك ولكنك بهذه المبالغة تكثف شعورك بالغضب.

(٥) إذا كانت إجاباتك فى (٥) فإن تقييم السلوك إلى ما يجب وما لا يجب، فانت تقوم بتحليل سلوك الآخرين - إذا لم يعجبك إلى ما كان يجب عليهم أن يفعلوه أو ما لا يجب فاذا كنت تطالب الآخرين بالكمال فسوف تخلق مواقف تنتهى فى الأغلب بالغضب وخيبة الأمل.

سوف تلاحظ أن تغيير تفكيرك يساعدك على تغيير انفعالاتك تذكر أن هناك خمس بدائل للأستجابة للغضب:

(١) يستفيد من الموقف بصورة ايجابية.

(٢) يعطى صفات سلبية للآخرين.

(٣) يقرأ أفكار الآخرين.

(٤) يبالغ فى تقييم الجوانب السلبية.

(٥) يقيم السلوك على أساس ما يجب وما لا يجب.

استبيان تقدير الذات

تعليمات

الاستبيان الحالى ينقسم إلى ثلاثة أقسام : يحتوى كل منها على عدد من العبارات التى يستخدمها أفراد عند وصف انفعالاتهم أو سلوكهم . لاحظ أن لكل جزء تعليمات خاصة به يجب قراءتها بدقة قبل تسجيل الاستجابات ، لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئة - للإجابة على كل عبارة سجل الاستجابة التى تعبر عن رأيك بدقة وذلك بتظليل الدائرة .

القسم الأول

التعليمات:

فيمايلى بعض العبارات التى يستخدمها الأفراد عندما يصفون أنفسهم - اقرأ كل عبارة ثم ظلل الدائرة التى تشير إلى الدرجة التى تشعر بها الآن . تذكر أنه لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئة - لا تستغرق وقتاً طويلاً أمام كل عبارة وانما بادر بتسجيل الاستجابة التي تصف بدقة مشاعرك الان .

١ أبدا - مطلقاً   ٣ غالباً

٢ أحياناً   ٤ دائماً

العبارة		أبدا	أحيانا	غالبا	دائما
١ - أكاد انفجر	١ -	١	٢	٣	٤
٢ - أنا متهيج	٢ -	١	٢	٣	٤
٣ - أشعر بالغضب	٣ -	١	٢	٣	٤
٤ - اشعر برغبة فى الصراخ فى وجه شخص ما (أرغب فى الصراخ)	٤ -	١	٢	٣	٤
٥ - أشعر برغبة فى تحطيم الأشياء (أرغب فى تحطيم)	٥ -	١	٢	٣	٤
٦ - أكاد أجن	٦ -	١	٢	٣	٤
٧ - أشعر برغبة فى ضرب المنضدة بعنف (أرغب فى ضرب)	٧ -	١	٢	٣	٤
٨ - أشعر برغبة فى ضرب شخص ما (أرغب فى ضرب)	٨ -	١	٢	٣	٤
٩ - أنا احترق	٩ -	١	٢	٣	٤
١٠- أشعر برغبة فى سب شخصا ما (أرغب فى سب)	١٠-	١	٢	٣	٤

القسم الثانى

التعليمات:

فيمايلى بعض العبارات التي يستخدمها الأفراد عندما يصفون أنفسهم - اقرأ كل عبارة ثم ظلل الدائرة التى تشير إلى ما تشعر به بصفة عامة . تذكر انه لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئة . لا تستغرق وقتاً طويلا أمام كل عبارة وانما بادر بتسجيل استجابتك التى تصف بدقة ما تشعر به عامة .

١	أبداً	٢	أحياناً	٣	غالباً	٤	دائماً

كيف أشعر بصفة عامة (فى أغلب الأحيان)

العبارة		أبدا	أحيانا	غالباً	دائماً
١١- أنفعل بسرعة (استثار بسهولة)	١١-	١	٢	٣	٤
١٢- لى مزاج منقد (نارى)	١٢-	١	٢	٣	٤
١٣- أنا شخص حاد الطبع	١٣-	١	٢	٣	٤
١٤- اغضب عندما تقف أخطاء الأخرين فى طريقى	١٤-	١	٢	٣	٤
١٥- أشعر بالضيق الشديد عندما لا يقدر الأخرون ما قمت به من عمل جيد	١٥-	١	٢	٣	٤
١٦- اتجاوز حدودى وقت الغضب .	١٦-	١	٢	٣	٤
١٧- عندما يشتد بى الغضب أتفوه بالفاظ بغيضة (كريهة ، مؤذية)	١٧-	١	٢	٣	٤
١٨- يثير جنونى بشدة أن انتقد أمام الآخرين .	١٨-	١	٢	٣	٤
١٩- عندما اصاب بالاحباط اشعر بالرغبة فى ضرب (كما لو أننى اضرب) من يقف امامى	١٩-	١	٢	٣	٤
٢٠- أشعر بالغيظ عندما اجيد عملا ما ويقابل بتقدير غير مناسب	٢٠-	١	٢	٣	٤

القسم الثالث

التعليمات:

يشعر كل انسان بالغضب أو الاستثارة من وقت لآخر إلا أن الأفراد يختلفون فى أساليب الاستجابة وقت الغضب . فيمايلى مجموعة من العبارات يستخدمها الأفراد فى وصفهم لما يصدر منهم من استجابات فى المواقف المثيرة للغضب والغيظ اقرأ كل عبارة ثم ظلل الدائرة التى تشير إلى استجابتك أو سلوكك بصفة عامة وقت الغضب تذكر أنه لا توجد اجابات صحيحة وأخرى خاطئة - لا تستغرق وقتاً طويلاً امام كل عبارة .

١	أبداً	٢	أحياناً	٣	غالباً	٤	دائماً

عندما أغضب أو استثار

العبارة		أبداً	أحياناً	غالباً	دائماً
٢١- اتحكم فى انفعالاتى	٢١-	١	٢	٣	٤
٢٢- اعبر عن غضبى	٢٢-	١	٢	٣	٤
٢٣- أكتم مشاعرى	٢٣-	١	٢	٣	٤
٢٤- أكون صبورا مع الاخرين	٢٤-	١	٢	٣	٤
٢٥- يبدو على وجهى الاستياء (انثناء الشفاة ، تقطيب الحاجبين)	٢٥-	١	٢	٣	٤
٢٦- انسحب بعيدا عن الاخرين .	٢٦-	١	٢	٣	٤
٢٧- أوجه تعليقات ساخرة وتهكم نحو الآخرين	٢٧-	١	٢	٣	٤
٢٨- احتفظ بهدوئى	٢٨-	١	٢	٣	٤
٢٩- اغلق باب بعنف فاحدث ضجة	٢٩-	١	٢	٣	٤
٣٠- اغلى من الداخل بعكس ما ابدو ولكننى لا اظهر ذلك	٣٠-	١	٢	٣	٤
٣١- اتحكم فى سلوكى	٣١-	١	٢	٣	٤
٣٢- اناقش (اجادل)	٣٢-	١	٢	٣	٤

		أبدا	أحيانا	غالبا	دائما
٣٣- اميل الى اخفاء التذمر وعدم ذكره للآخرين (التحدث عنه للآخرين)	٣٣-	١	٢	٣	٤
٣٤- اهاجم مصدر الاثارة أيا كان	٣٤-	١	٢	٣	٤
٣٥- استطيع أن امنع نفسى من فقدان التحكم فى اعصابى	٣٥-	١	٢	٣	٤
٣٦- انتقد الآخرين فيما بينى وبين نفسى (فى سرى)	٣٦-	١	٢	٣	٤
٣٧- شعورى بالغضب يفوق ما اعترف به	٣٧-	١	٢	٣	٤
٣٨- استعيد هدوئى بسرعة بالمقارنة بالآخرين .	٣٨-	١	٢	٣	٤
٣٩- اتفوه بالفاظ بذيئة	٣٩-	١	٢	٣	٤
٤٠- احاول ان اتفهم واتسامح	٤٠-	١	٢	٣	٤
٤١- اشعر بالهياج أو الثورة بدرجة أكبر مما يدركها الآخرون	٤١-	١	٢	٣	٤
٤٢- افقد اتزانى الانفعالى	٤٢	١	٢	٣	٤
٤٣- عندما يثيرنى شخص ما استطيع مواجهته بما أشعر	٤٣-	١	٢	٣	٤
٤٤- اتحكم فى شعورى بالغضب	٤٤-	١	٢	٣	٤

(٢-٤) الدافعية الذاتية - التحكم فى الذات

تأجيل الاشباع

يتكون الذكاء الوجداني من خمسة مكونات ، أحدها « الاستعداد الرئيس » وهو ما يميز ذوى الانجاز الفائق ، ويتكون من ثلاثية متفاعلة هى الدافعية الذاتية - التحكم فى الذات - تأجيل الاشباع . أوجه ثلاثة لحقيقة واحدة هى « القيادة الذاتية » أى أن يملك الانسان زمام حياته.

كيف يقدم الاخصائى النفسى مفهوم « الاستعداد الرئيسى » وكيف يحوله إلى سلوكيات يلاحظها التلميذ فى نفس وفى غيره ، وكيف يدرب التلميذ على الاستراتيجيات التى تنمى الاستعداد الرئيسى . وكيف يساعد التلميذ على ادراك العلاقة بين الاستعداد الرئيسى والأداء اليومى والتميز فى الأداء - وكيف يساعد التلميذ على إدراك العلاقة بين الاستعداد الرئيسى مشكلات الإدمان ، مشكلات التسرب ومشكلات سلوكية كالعدوانية ، ومشكلات الاضطرابات النفسية - كيف ينمى الاستعداد الرئيسى لدى جموع التلاميذ ، ولدى من لديه الحاجة للرعاية الفردية كما فى حالات الارشاد بمستوياتها المختلفة ، وكيف يدعم ذوى الأداء المتميز من أصحاب الموهبة والمتفوقين من خلال تنمية « الاستعداد الرئيسى » : الدافعية الذاتية - التحكم فى الذات - تأجيل الاشباع سوف نقدم بعض الحقائق حول مفهوم الاستعداد الرئيسى تساعد الاخصائى فى تقديمه للتلاميذ ، نذكر تجربة اجريت فى مركز للبحوث ملحق بجامعة هارفارد الامريكية وتهدف التجربة التى استمرت عشرة سنوات إلى بحث العلاقة بين التحكم فى الذات وتأجيل الاشباع من ناحية والنجاح فى مجالات الحياة المختلفة ، وفيمايلى نذكر خطوات التجربة :

(١) اجريت التجربة على مجموعة من أطفال الحضانة تتراوح أعمارهم بين ٤ - ٥ سنوات .

(٢) ذكر المجرب للأطفال أنه يريد أن يعطيهم حلوى ، ولكن عليه قبل أن يعطيهم الحلوى أن يذهب لعمل ما يستغرق ربع ساعة وحين عودته سوف يعطيهم الحلوى ، فمن يريد منهم أن يأكل الحلوى فوراً فسوف يحصل على قطعة واحدة ، ومن ينتظر لحين عودته فسوف يحصل على قطعة إضافية .

(٣) خرج المجرب من الحجرة وأخذ فى ملاحظة الاطفال فوجدهم ينقسمون إلى ثلاث فئات :

أ - مجموعة من الأطفال لم تستطع الانتظار واكلت القطعة التى لديها فور خروج المجرب .

ب - مجموعة أخرى تركت الحلوى مكانها وذهبت لتلعب فى مكان بعيد من نفس الغرفة .

جـ - مجموعة ثالثة أخذت تمسك الحلوى وتتركها ، وتنظر إليها وتعيدها مكانها ، ولكنها لم تأكلها .

(٤) قام الباحث بمتابعة الأطفال فى المجموعات الثلاثة حتى وصلوا إلى المدرسة الثانوية ، هل تتوقع فروقاً بين المجموعات الثالثة ؟ وهل ترتبط نتائج اختبار الحلوى بما يحققه هؤلاء الأطفال فى حياتهم فى المستقبل .

(٥) النتائج التى توصل إليها الباحث تفيد :

أ - يغلب على أطفال المجموعة الأولى ضعف التحصيل المدرسى ، وانتشار مشكلات سوء التوافق لديهم .

ب - يغلب على أطفال المجموعة الثانية التفوق الدراسى والاجتماعى والرياضى .

جـ - لم تظهر علامات واضحة فى أطفال المجموعة الثالثة وان كانت اقرب للتوافق .

نلاحظ أننا نقول يغلب ولا نلصق صفات جامدة بكل فئة ، لأن البيئة تعدل السلوك .

هل اتضحت العلاقة بين التحكم فى الذات وتأجيل الاشباع من ناحية والأداء فى مجالات الحياة المختلفة . إن الحياة من حولنا مليئة بما قد يجذب التلاميذ إلى الوقوع فى مشكلات الاشباع المباشر وعدم التحكم فى الذات والادمان أحد صور غياب الاستعداد الرئيسى ، وكذلك الفشل الدراسى ، عدم الاتقان ، والقصور فى الأداء المتميز .

كيف يصمم الاخصائى النفسى انشطة متنوعة دون وعظ أو ارشاد تنمى لدى التلاميذ الاستعداد الرئيسى - وكيف ينتقل فى الخطوات التى سبق ذكرها فى المقدمة ليساعد التلاميذ على اكتساب استراتيجيات الاستعداد الرئيسى ، وتوظيفها فى حياتهم اليومية . يمكن الرجوع إلى الجزء الخاص بالاستراتيجيات واختيار المناسب منها ، ممكن الاستعانة بالحوار الدافعى وقيادة الذات يمكن مساعدة التلاميذ على القيام باستخدام استراتيجية لم نذكرها من قبل وهى استراتيجية « الاستعارة » بأن يقوم كل تلميذ بذكر موقف من حياته مشابه لتجربة الحلوى .. ثم يذكر سلوكه .. وما حققه من نتائج - ثم يقوم بإعادة بناء الموقف إذا تغير سلوكه ليصبح مثل سلوك المجموعة الثانية فى التجربة - أى يتسم بتأجيل الاشباع والتحكم الذاتى - ويقارن بين نتائج الموقفين .

ويمكن أن يستعين الاخصائى النفسى باستمارة التقييم التى قدمناها عند مناقشة السلوك الذكى ليساعد التلميذ فى مراقبة نفسه وتقييم أدائه أثناء ممارسته لسلوكيات الاستعداد الرئيسى.

يمكن للاخصائى النفسى الاستعانة بالنماذج المختلفة التى وردت بالدليل ، ويمكنه تطوير أى منها أو تعديله ليناسب أهدافه وحاجات التلاميذ .

يمكن للأخصائى النفسى توظيف « الاستعداد الرئيسى » لمناقشة بعض مشكلات الدراسة أو النظام أو مشكلات الأسرة ، أو مشكلات الانحراف بصورة عامة . ويمكن أن يدعو المعلمين المهتمين والاخصائيين والادارة .

الدافعية الذاتية :

لا يكتمل الاستعداد الرئيسى إلا بالدافعية الذاتية ، أى الدافعية النابعة من حاجات التلميذ والتى لا يرتبط بها إثابته أو عقابه من أى صورة من صور السلطة سواء كانت سلطة المدرسة أو الأسرة .

لتوضيح مفهوم الدافعية الذاتية اطلب من التلاميذ أن يقارنوا بين خبراتهم عند فهم واستذكار مادة يحبونها ، ومادة يخشون الرسوب فيها - أو أن يطلب منهم الاجابة على مقياس الدافعية الداخلية والخارجية المرفق والذى يتضمن عددا من العبارات التى تقيس الدافعية الداخلية وعددا آخر يقيس الدافعية الخارجية .

بعد قيام التلاميذ باجابة المقياس ، يمكن للاخصائى النفسى أن يطلب منهم استخراج البنود التى تقيس الدافعية الداخلية ، وتلك التى تقيس الدافعية الخارجية . لتكون موضوع للنقاش ويمكن ان يطلب منهم اعطاء أمثلة من حياتهم اليومية للأنشطة التى يقومون بها بدافع داخلى أو بدافع خارجى .

ونريد أن نؤكد هنا أنه كل عمل نقوم به ووراؤه النوعين من الدوافع . ولكن كل عمل نقوم به يغلب عليه أحد الدافعين ، فانا أقوم بعمل أحبه لأنى استمتع به ، واتعلم جديدا من القيام به هذا هو الجانب الداخلى ، وأيضا لانى أسعى لخدمة التلاميذ ، أو تحقيق مكانه علمية معينة .. وهذا هو الجانب الخارجى .

وقد أقوم بعمل لدافع خارجي في الأساس كالحصول على تقدير الآخرين سواء كان تقديرا ماديا أو معنوياً . وهذا لا يتعارض مع دوافعي الذاتية للقيام بالعمل .

مقياس الدوافع الداخلية والخارجية

فيمايلي بعض العبارات التي تدل على الدافعية الداخلية والخارجية ، وفي كل عبارة فراغ كي يذكر التلميذ النشاط الذي تنطبق عليه العبارة .

داخلــي (١) : ألحيت على والداي ليسمحا لي بـ ..... (الذهاب للرحلة)

خــارجي (٢): أفكر كثيرا فيما سوف يقوله والداي ومعلمتي عندما (.......)

داخلــي (٣) : حين اقوم (.......) أشعر أنني اكتسب خبرة أريد اكتسابها بشدة .

داخلــي (٤) : إذا كان أمامي بدائل متعددة لأختار منها فسوف اختار (.......) .

خــارجي (٥): أريد أن يعرف والداي ومعلمي مدى قدرتي على (.......)

داخلــي (٦) : أقوم بـ (.......) لان لدي حرص حقيقي لممارسته .

خــارجي (٧): أنا على يقين انني سوف احقق ثروة من (.......)

خــارجي (٨): أحب أن أقوم (.......) في حضور من يشاهدني

داخلــي (٩) : كلما زاد التحدي الذي أواجهه عند قيامي (.......) زادت سعادتي

خارجي (١٠): اقوم (.......) لان والداي ومعلمي اكدوا لي تفوقي فيه .

داخلــي (١١): اشعر بسعادة غامرة حين أرى انتاجي (.......)

خارجي (١٢): أقوم بـ (.......) تحقيقا لرغبة والداي ومعلمي .

داخلــي (١٣): عند قيامي بـ (.......) اعتمد على قراراتي الشخصية .

خارجي (١٤): اثناء قيامي بـ (.......) أفكر كثيرا فيما سوف يقوله الآخرون .

داخلــي (١٥): استمتع بـ (.......) كما لو كنت ألعب لا أعمل

داخلــي (١٦): حين أقوم بـ (.......) أنسى كل شئ أخر .

خارجي (١٧): لا أجد سببا لبذل كل هذا الجهد إذا لم يكن هناك من يقدر قيامي بـ (.......)

داخلــي (١٨): اشعر بسعادة حين أتقن القيام بـ (.......)

خارجي (١٩): كثيرا ما أقوم بـ (.......) دون رغبة حقيقية مني

داخلــي (٢٠): اضع خطة عملي لنفسي عند قيامي بـ (.......)

خارجي (٢١): أحب أن اجد من يوجهني عند قيامي بـ (.......)

داخلي (٢٢): انزعج جدا إذا اضطررت لعدم القيام (.......)

خارجي (٢٣): أقوم بـ (.......) لأنهم يقولون انني أجيده

داخلي (٢٤): استمتع بالقيام بـ (.......)

خارجي (٢٥): أفضل أن تكون ظروف قيامي بـ (.......)

داخلي (٢٦): لا اشعر بالوقت عند قيامي بـ (.......)

داخلي (٢٧): اشعر بسعادة عند انجازي (.......) لا يشعر بها زملائي عند انجازهم نفس العمل .

خارجي (٢٨): إذا كان لي الاختيار أن أعمل (.......) أو لا أعمله لفضلت عدم عمله

خارجي (٢٩): اتطلع إلى اليوم الذى أصبح فيه مشهورا فى (.......)

داخلي (٣٠): اكتشف فى نفسى اشياء جميلة عند قيامي بـ (.......)

خارجي (٣١): اسعى للحصول على جائزة على قيامي بـ (.......)

داخلي (٣٢): (.......) هام بالنسبة لي

بعد قيام التلاميذ بالاجابة على المقياس ، يمكن للاخصائى النفسى أن يطلب منهم اعطاء أمثلة لما يقومون به ويغلب عليه الدوافع الداخلية ، وما يقومون به ويغلب عليه الدوافع الخارجية .

ثم يستطرد إلى تقسيم الانشطة التى يقومون بها ويغلب عليها الدوافع الخارجية إلى ، أنشطة يمكن ألا يقوم بها لعدم أهميتها وأنشطة لا يمكن ألا يقوم بها لأهميتها .

ثم ينتقل الاخصائى النفسى إلى تشجيع التلاميذ لمواجهة النتائج التى توصلوا إليها والتى يمكن أن تتلخص فى الآتى : هناك أشياء هامة يجب القيام بها ويغلب عليها أنها تعبير عن دوافع خارجية بدرجة كبيرة ، وهناك عدة مداخل لتناول هذه القضية أولها أن حرية الانسان يجب الا تتعارض مع حقوق الغير ومصالح المجتمع . وثانياً : أن الانسان لديه من المرونة ما يسمح له باعادة النظر فى كل نواحى حياته - ثالثا : أن الوعى بالدوافع الذاتية بيسر للانسان وضوح الرؤية وتعديل المسار .

ويمكن أن يطلب الاخصائى النفسى من التلاميذ أن يعبروا عن نسبة الدوافع الداخلية إلى الدوافع الخارجية فيما يقومون به من اعمال مثال : نسبة الدوافع الداخلية إلى الدوافع الخارجية العمل أو المهمة .

واجبات الرياضيات ٦٠٪ إلى ٤٠٪

شراء طلبات الأسرة ٣٠٪ إلى ٧٠٪

كيف نعدل هذه النسبة - ممكن توظيف مفاهيم التحكم الداخلى والخارجى ، أو الحوار الذاتى أو تحقيق الذات ... الخ لتدريب التلاميذ على إعادة النظر فى رؤيتهم لهذه الأنشطة أو الواجبات من خلال استراتيجيات تحقق لهم نظرة أكثر ايجابية وفاعلية . فيمكن اعتبار رضا الوالدين دافعا داخليا ، ويمكن اعادة النظر لتحمل مسئوليات الأسرة باعتبارها دافعا داخليا مرتبطا برضا الوالدين او تخفيف الاعباء عنهما . التحليل الذكى الثرى للمواقف يدعو التلاميذ لاعادة النظر من داخلهم ، وليس ترغيبا فى شئ أو ترهيبا .

ان قضية الدافعية الداخلية والخارجية تنسحب على جوانب مختلفة من حياة التلميذ داخل المدرسة وخارجها - وقد يجد الاخصائى النفسى دعوة الآباء لمحاضرة عامة عن الدافعية .

وقد يرى الاخصائى النفسى انه من المناسب أن يساعد الآباء على ان يعيدوا النظر فى أسلوب الاثابة والعقاب ، تخفيض مطالبتهم لأبنائهم بالقيام بأعمال لا يرون أنها ذات قيمة - والأفضل للآباء والابناء البحث عما يثير دافعية الابناء الداخلية بصورة ما ، حتى يكتسب الأداء قيمة ايجابية .

(٢ - ٥) الانجاز - القوة - التواد

يشيع مفهوم الدافعيه فنقول ما الذى دفع فلان إلى سلوك معين فالدافعيه هى التى تجيب عن السؤال لماذا ؟ الدافع يفسر السلوك أو أن السلوك يعبر عن الدافع للانسان دوافع تتنوع بقدر ما يقوم به من نشاط وقد اختلف العلماء فى الدافعيه والدوافع ولكننا سنقصر أهمتامنا .

بدافع الانجاز ودافع القوه ودافع التواد

وتكتسب دافعيه الانجاز أو السعى للاتقان قيمتها في زمن أصبح التنافس سبيل الحياه المعاصره ، وأصبح الاتقان ومعايير الجوده تحدد مكانه المجتمع وموقعه على الخريطه العالمية ، وسوف نقدم فيما يلى اقتراحا ببرنامج لدافعيه الانجاز يمكن للأخصائى النفسى الاستفاده منه .

برنامج مقترح لتنمية دافعية الإنجاز
(السعى نحو التميز)

تدريب (١): يهدف هذا التدريب إلى تنمية وعى التلاميذ بمفهوم الهدف والدافع ويمتد لمفهوم المخاطره المحسوبة .

اكتب خمسة اهداف تتوقع أن تحققها فى الأشهر السته القادمة . وأمام كل منها اكتب نسبة احتمال تحقيقه

الهدف	احتمال تحقيقه ٪
١ -	
٢ -	
٣ -	
٤ -	
٥ -	

البناء الدافعى متغير أساسى فى الشخصية وهو وراء اختيار الإنسان لشئ ما وتركه لشئ آخر .. اتخاذ قرار دون أخر . يقدم لنا الباحثون ثلاثه دوافع أساسية تؤثر فى حياة البشر وبخاصة فى مجال العمل والتعلم .

- **دافع الإنجاز: السعى للتميز.**
- **دافع القوة: السعى للسيطرة.**
- **دافع التواد: السعى لحب الأخرين**

ولان هذه الدوافع تتفاعل فيما بينها فإنها توثر فى بعضها البعض ، لكل دافع من الدوافع الثلاثة أهميته ودوره فى حياه الانسان كفرد وكعضو فى اسرة أو تلميذ فى مدرسة أو كعضو فى المجتمع الكبير - وبقدر ما تتوازن الدوافع الثلاثة تكون كفاءة الفرد - والتوازن هنا لا يعنى التساوى وإنما يعنى أن يتناسب الدافع مع حاجة الفرد وبناء الموقف

•• هل يمكن تنمية دافعية الإنجاز ؟

وضعت برامج متنوعة طبقت فى كثير من بلاد العالم المتحضرة والنامية ونجحت نجاحا كبيراً

١ - تنمية وعى المشارك ببنائه الدافعى وذلك بتطبيق مقياس البناء الدافعى ومناقشة نتائجه مع التلاميذ .

٢ - تحليل دافعيه الإنجاز إلى عمليات عقليه وجدانيه اجتماعيه صريحة ومباشرة من خلال المناقشة السابقة وبمساعدة الاخصائى النفسى .

٣ - تنمية المفاهيم والمهارات العقلية والوجدانية والاجتماعية التى تيسر السلوك الإنجازى .

٤ -تنمية وعى المدرب بأسلوب المنجز فى وضع الأهداف والخطط وتنفيذها وتقييمها وذلك من خلال تدريبه على خصائص الهدف الانجازى وخصائص وعناصر الخطة الانجازيه وخطوات التنفيذ وخطوات تقييم ما تم انجازه .

دافع الإنجاذ - دافع التواد - دافع القوة

دافع الإنجاز : السعى نحو الإتقان والتميز - السعى نحو الأفضل

دافع التواد : السعى نحو إسعاد الآخرين .

دافع القوة : السعى نحو التحكم فى قرارات الآخرين .

خصائص الهدف الإنجازى :

١ - التنافس مع الذات :

مثال: حصلت على وسوف أحصل المرة القادمة على ٢٠/١٧ .

٢ - التنافس مع الآخرين :

مثال: الرقم القياسى فى العدو ... وسوف أحقق رقما أفضل .

٣ - إنجاز عمل فريد ومتميز :

مثال: خط بارليف غير قابل للأختراق - سوف نعبره إلى سيناء

٤ - الاستغراق فى العمل لزمن طويل :

مثال: فشلت فى أول محاولة ولكننى سوف أبذل جهداً اكبر ووقتا أطول حتى أحقق هدفى .

لاحظ أن الإنجاز يرتبط دائما بالأفضل ، الأطول ، الأعلى فهو فى حركه دائمه ونمو دائم .

١ - أسلوب المخاطرة المحسوبة :

إذا كان الهدف مؤكد التحقيق فهو مخاطرة محدودة وإذا كان صعب المنال **فهو مخاطرة كبيرة.** أما المخاطرة المحسوبة فهى التى تتحدى الأنسان **فلا تصيبه بالشعور بالعجز والفشل ولاتصيبه** بالشعور بالملل لعدم قيمه الهدف - ونعبر عن المخاطره المحسوبه بالنسبه المئوية **لاحتمال تحقيق** الهدف وتتراوح بين ٤٥٪ - ٦٥٪ حيث أن أقل من نسبه ٤٥٪ **تعتبر مخاطره كبيره وفوق ٦٥٪** مخاطرة ضعيفه وفى نسبه الاحتمال تتراوح بين ٤٥ - ٦٥ **فأقل من ٤٥٪ مخاطرة كبيره وفوق** ٦٥٪ مخاطرة ضعيفة .

يمكن للأخصائي النفسي أن يطلب من التلاميذ مراجعة أهدافهم - والنسبة المؤية بالإحتمال تحقيقها ، حتى يقرروا مدى ما لديهم من سلوك المخاطرة ، وهل هي مخاطرة محسوبه أم غير محسوبة - وبعد المناقشة يطلب الاخصائي النفسي من التلاميذ تعديل اهدافهم أو تعديل النسب .

٢ - تحمل المسئولية :

أنا مسئول عن نتائج عملي - أنا أتحكم في قراراتي - لا ألقي اللوم على الآخرين إذا فشلت ولذلك حين أنجح أكون جديراً بالتقدير . وقد يستعين الأخصائي في مناقشة هذا العنصر بمفهوم التحكم في أحداث الحياة - هناك من يرى أن احداث حياته تتحكم فيها عوامل خارجية . وهؤلاء لديهم تحكم خارجي ، ومن يرى أن احداث حياته نتيجة لما يبذله من جهد ويتخذه من قرارات . وهؤلاء لديهم تحكم داخلي - ولايوجد انسان داخلي تماما أو خارجي تماما وإنما هناك من يغلب عليه التحكم الخارجي ومن يغلب عليه التحكم الداخلي - وتوجد مقاييس نفسيه لهذا البعد .

٣ - الاستفادة من التغذية الرجعية :

كل خطة قابلة للتعديل في ضوء ما تحققه من نجاح أو فشل ، ولذلك يجب أن يتعلم التلميذ أن يقيم كل خطوة يقوم بها - اذا لم تحقق النجاح فلابد من إعادة النظر فيها وتعديلها أو تغييرها . وعلى التلميذ المنجز أن يلجأ لذوي الخبرة ليحصل على تقييم دقيق لأدائه يستطيع على اساسه أن يستمر أو يعدل أويغير .

٤ - استكشاف البيئة المحيطة :

الحياة حولنا مليئة بفرص النجاح ولكي أحقق النجاح لابد من أن أوسع مجال معرفتي بالبيئة وما توفره من فرص وذلك من خلال زياده الرغبة في معرفه الجديد سواء كان معرفه علميه جديدة - اصدقاء جدد - أماكن جديدة - فرص عمل جديدة ...الخ .

هناك عده مداخل لتقديم موضوع دافعيه الإنجاز - وتعليم التلاميذ مفردات خطه الانجاز حتى نساعدهم على تدعيم ما يتعلموه . وفيما يلي مجموعة من الأسئلة يمكن البدء بها

مثلا: سوف استذكر ... سوف العب .. سوف أزور ..

الخطة الانجازية

هل تبدأ يومك بأهداف محددة أو بخطة تلتزم بتنفيذها ؟

هل تقوم بتقييم إنجازك في نهاية اليوم ؟ ما ذا حققت .. هل يتفق مع خطتي .. هل أجلت شيئاً ولماذا إذا قمت بوضع هذف في بداية اليوم فلا بد من تقييم إنجازه . هل نجحت فيما قمت به ، مادليل بخاص ؟ هلى فشلت ما دليل فشلي ؟ كيف أحول الفشل الى نجاح

لايهم أن يكون الهدف كبيراً أو صغيراً فليس منا من يحقق هدفاً كبيراً كل يوم

تخير هدفاً تتوفر فيه خصائص الهدف الإنجازي بالرجوع الى المواصفات الأربعه

ضع خطه لتحقيقه تراعي فيها خصائص الخطه الإنجازيه وهي عشره افكار سوف نقدمها لك فيما يلي .

لكى تضمن تقدمك نحو هدفك لابد أن يكون لديك مقياس للتقييم سوف نصممه معا فيما يلى :

إذا كنت كاتبا هدفه أن يؤلف كتاباً جديداً فى موضوع لم يسبقه اليه أحد - يتكون الكتاب من عشره فصول ، يمكن أن يكون معيار التقدم أن تكتب كل يوم ٥ صفحات منتهية معدة للطباعه - أو كل اسبوع عشرين صفحه منتهيه معده للطباعه - أو كل شهر فصل منتهى معد للطباعه وهذا يتوقف على أسلوبك فى العمل ومعرفتك بنفسك وبالخطة الانجازية التى وضعتها والتى تتضمن العشرة افكار التي سوف نناقشها فيما بعد .

يمكن للاخصائي النفسى أن يطلب من كل تلميذ اختيار هدف يتحقق فيه مواصفات الهدف الانجازى أو بعضها ، وعلى الاخصائى أن يبذل كل الجهد ليفهم التلميذ الفرق بين انهاء العمل ، وانجاز العمل باتقان وعلى أفضل وجه .

التقييم يأتى بعد التخطيط وتحقيق الهدف .

فيما يلى ملخصاً للأفكار العشرة فى الخطة الإنجازية :

١ - الشعور بالحاجة نحو تحقيق الهدف الإنجازى

٢ - الأمل فى النجاح .

٣ - مشاعر النجاح .

٤ - الخوف من الفشل .

٥ - مشاعر الفشل .

٦ - الإجراءات : خطوات سوف يتبعها صاحب الهدف .

أ -　　　　　ب -

جـ -　　　　　د -

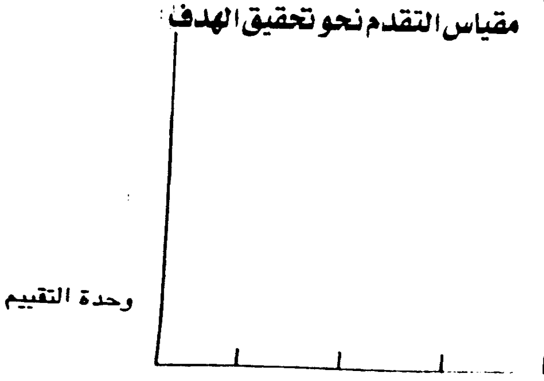
٧ - طلب المساعدة من المختصين وأهل الخبرة .

٨ - العقبات الشخصية أى نواحى القصور الشخصى التى تجعل تحقيق الهدف مخاطرة محسوبه .

٩ - العقبات الخارجية أى من البيئة سواء من البشر أو الظروف .

١٠ تحقيق الهدف الإنجازى .

مقياس التقدم نحو تحقيق الهدف :



وحدة التقييم بالنسبة للكاتب قد تكون عدد الأوراق المعدة للطبع ومقياس الزمن قد يكون اليوم أو الأسبوع أو الشهر تبعاً لهدف الكاتب وخطته .

عليك الآن أن تضع هدفا تتوفر فيه شروط الهدف الإنجازى :

١ - المخاطرة المحسوبة

٢ - تحمل المسئولية

٣ - عمل متميز

٤ - استغراق فى العمل .

ثم تتبع منظومه الأفكار العشرة

لاحظ أننا نعتبرها منظومه لأن مكوناتها تتفاعل مع بعضها البعض ، ولأنك تستطيع أن تنتقل من مكون لآخر تبعاً لتقدم الخطة نحو تحقيق الهدف والتغذية الراجعة .

مقياس المخيلة الإنجازية

تدريب (٢) :

قدم البطاقة التى تحمل صورة صبى أمامه كمان - وهى أحد صور اختبار تفهم الموضوع ويمكن للاخصائى النفسى استخدام صوره تحمل معنى قريب يفيد الانجار واطلب من التلاميذ كتابه قصه على ضوء التعليمات الاتية :

أحكى قصه تتضمن الإجابه على الأسئلة الآتية :

(١) ماذا يحدث فى هذه القصه ؟ ومن هم هؤلاء الأشخاص ؟

(٢) ماذا حدث فى الماضى وأدى إلى هذا الموقف ؟

(٣) كيف يفكر هؤلاء الأشخاص ؟ وكيف يشعرون ؟ وماذا يريدون ؟

(٤) ماذا سوف يحدث ؟ وماذا سوف يفعلون ؟

ليس هناك إجابات صواب وإجابات خطأ لا تكتف بالوصف - تخيل كما تشاء وكن حراً فى تفكيرك . بعد أن يكتب . كل تلميذ قصته يبدأ تصحيحها على ضوء الأفكار الإنجازيه العشرة التى تتوفر فى قصه إنجازية تستخدم كنموذج ويراعى الاخصائى أن يشترك جميع التلاميذ . يعطى هذا المقياس مؤشرات ثريه عن دوافع الانسان و يقوم كل تلميذ بتصحيح القصه التى كتبها ، وهذا هام حيث يسمح لكل تلميذ أن يتعرف على البناء الدافعى الذى يميز الأشخاص ذوى دافعيه الإنجاز العاليه ، ومن هذه المعرفه يستطيع أن يقارن نفسه بالنموذج الخاص بذوى دافعيه الانجاز العالية ، وبالتالى ينمو لديه الوعى بالذات فيما يتعلق بدافعيه الانجاز . وحيث أن التلميذ سوف يتاح له من خلال البرنامج التدريب على الاستراتيجيات الإنجازية ، فسوف يمكنه أن يستحضرها لنفسه فى المواقف المختلفه ، وبرغم أنه سوف يبذل الجهد فى البدايه إلا أنه مع المثابره من ناحيه ، ومع ما تحققه هذه الاستراتيجيات من نتائج إيجابيه من ناحيه أخرى ، فسوف يصبح استخدامها يسيراً ، ويبدأ هذا الأمر بطريقه مقصوده ثم يصبح مع التكرار والتدعيم أمراً تلقائيا مما يؤدى إلى تنميه دافعيه الأنجاز .

وكما يكشف هذا التحليل للقصص عن دافعيه الانجاز فانه يكشف أيضاً عن دافعين مرتبطين به هما دافع القوه ودافع التواد - ويظهر دافع القوه فى المضمون الخاص برغبة الفرد فى التاثير على الآخرين بصوره مباشرة أو غير مباشرة - التاثير على الاخرين ليس بالضروره سلبياً فهناك مهام لا تنجز إلا بقيام ذوى دافعيه القوه بتنظيم الجهد وتوجيهه . ولذلك فدافع القوه اساس فى القياده ، على أن تكون قوه رشيده غير تسلطيه .

أما دافعيه التواد فيظهر حين يبدى الفرد اهتماماً بتكوين صداقات مع الآخرين - أو استئناف علاقات كانت قد قطعت أو فترت - كما يظهر فى مشاعر الحب للأسرة والأصدقاء .

أما دافع الانجاز فتظهر في القصص حين تظهر الخصائص التى سبق مناقشتها فى تدريب (١) . سوف نذكر مثالا يعبر عن اقصى درجات دافعيه الانجاز ويمكنك ملء الفراغات من الأفكار العشرة التى ذكرت فى تدريب (١) بأن ترجع إلى مكونات الخطة الانجازية وتختار المكون المناسب للفراغ ومثال لذلك فالفراغ الأول يملؤه المكون رقم (١) .

الشخص الذى فى القصة يريد أن يصبح مطرباً محبوباً وهذه الرغبه يتمنى تحقيقها أكثر من أى شئ فى الدنيا (١) أنه يتمتع بصوت جميل ولكنه يحتاج كثير من التدريب (٨) كما أن والده يريده أن يصبح محامياً (٩) وقد أخبره بعض الموسيقيين أنهم على استعداد لمساعدته (٧) . وقد بدأ فعلاً فى تلقى أول درس فى الاداء (٦) وهو يخشى ألا يصبح ناجحاً (٤) وفى وقت اخر يتخيل نجاحه واستقبال الجمهور له (٢) وحتى الآن لم يواجه والده ولم يقنعه بأن يصبح مطرباً (٥) ولكن نجاحه فى الدروس التى بدأها يعطيه ثقه فى نفسه (٣) . وباستمراره فى التدريب والتقدم وبذل الجهد سوف يقدم أول شريط له ويتوقع له النجاح وأن يبيع جميع النسخ (١٠) .

هذا التحليل يتضمن عناصر المخيلة الإنجازيه ويمكن أن تتضمن القصة الدوافع الأخرى -- فالمطرب قد يسعى لتكوين صداقات . (تواد) أو أن يرى الدموع أو الفرح على أوجه المستمعين(قوة) .

القصة التى ذكرناها يتضح فيها التنافس مع الذات لتحقيق معيار شخصى للتميز وكذلك الاستغراق فى بذل الجهد لمده طويلة - كما تتضمن الاشاره للتنافس مع الآخرين وتقديم إنجاز متفرد . وأى عنصر من العناصر الأربعه يرشح هذه القصه لتكون قصه عن المخيله الإنجازية .

هناك عناصر أساسية للأفكار الإنجازية وسوف نذكر هذه العناصر فيما يلى :

الحاجة: لم يذكر بطل القصة أنه يريد فقط بل يريد بإصرار وحماس وهذا تعبير عن شدة الرغبة

عقبة شخصية : لدى البطل موهبة طبيعية ولكنة غير مدرب ، وكذلك ليس لديه الثقة الكافيه فى النفس . هذه العقبات الشخصيه تقف فى طريق المنجز . ومع ذلك فذوى الانجاز المرتفع يدركون هذه العقبات باعتبارها تحديات ولذلك يواجهوها ويتغلبون عليها .

عقبة خارجية : هناك متغيرات غير شخصيه أى لا تنبع من الشخص نفسه ففى حالتنا نجد أن الوالد لا يوافق على مهنة الغناء وهى عقبه تحول دون تحقيق الهدف .

ومثال أخر للعقبات الخارجية نقص المال بالنسبه لمن يريد أن يكمل تعليمه - نوى دافعيه الإنجاز العاليه يدركون هذه العقبات باعتبارها تحديات يجب اجتيازها وليس مبرراً للتنازل عن الهدف ، وكذلك فإن ذوى دافعيه الإنجاز المرتفعه لا يلومون العقبات الخارجية مثل التدريس سئ -

ليس لدي مال كف - باعتبارها مسئولة عن فشلهم فى حين أن العقبات الشخصيه هى المسئول الحقيقى مثل ضعف الثقة بالنفس التردد فى اتخاذ القرارات - خبرات الفشل السابقة .

طلب المساعدة : ذوى دافعيه الإنجاز المرتفقعه يفضلون أن يكونوا مسئولين عن كل ما يخصهم ، وهذا لايتعارض مع سعيهم للحصول على مساعده الآخرين من المختصين الذين يساعدونهم على عمل الأشياء بشكل أفضل ، وكذلك اجتياز العقبات الشخصية والخارجية . ونلاحظ فى قصه الموسيقى أنه طلب المساعده من موسيقى آخر ليعطيه دروسا ، وهى خطوه هامة فى سبيل تحقيق هدفه .

الإجراءات : إن وصف القيام يعمل على ما لايحصل على درجة فى هذا العنصر ولكن التفكير والتخطيط والفعل الذى يساعد الفرد على تحقيق هدفه هو الذى يحصل على الدرجة . فالمطرب فى قصتنا قد يتدرب كل يوم على الغناء ولكن أدائه الهام الذى ساعده على تحقيق الهدف هو التخطيط للحصول على دروس فى الغناء وهذا ما ساعده على أن يكون مطربا أفضل . فالفعل فقط هو الوسيله لمواجهة العقبات الشخصية والخارجية .

الخوف من الفشل : هل يفكر ذو دافعيه الإنجاز المرتفعه فى الفشل ؟ نعم فالأفكار الإيجابية وحدها لاتحقق النجاح . وذو الانجاز المرتفع يفكرون فى احتمالات الفشل - فالمطرب يفكر فى كثير من الشباب الذين فشلوا فى تحقيق النجاح . ولكن ذوى الانجاز المرتفع يفكرون فى الفشل باعتباره مخاطره محسوبه ، ولذلك فهم يخططون باهتمام ويعملون للنجاح ولا يدعوا أن الخوف من الفشل ينهك قواهم - فالأشخاص الذين لا يأخذون فى الاعتبار احتمال الفشل غير واقعيين - أو أن أهدافهم من البساطة بحيث لا تحتمل الفشل .

الأمل فى النجاح : يستطيع ذو الدافعيه المرتفقعه للإنجاز أن يستشرفوا مشاعر النجاح حين تتحقق أهدافهم - المطرب يتصور التصفيق والاعجاب قبل أن يحقق النجاح فالحلم بأن تكون مخترعاً عظيماً أو فناناً ناجحاً جانب هام من التفكير الإيجابى والأمل فى النجاح .

مشاعر الفشل : ذوى دافعيه الإنجاز المرتفعه لا يحققون نجاحاً سريعاً وأحياناً لايحققون نجاحاً أصلا . فخوف المطرب من التحدث مع والده يمثل أحد مشاعر الفشل - فالأفراد ذو دافعية الإنجاز المرتفقعه يفشلون أحياناً ، وقد يرجع ذلك إلى أن الأهداف التى وضعوها كانت شديدة التحدى ، ولكنهم لاينحنون للفشل ولا ينسحبون ، بل يرون فى الفشل تحدياً يدعو الى بذل مزيد من الجهد .

مشاعر النجاح : تظهر في التعبيرات الإيجابيه فى القصة والتى تتضمن التعبير عن النجاح أو السعاده أو الشعور بالفخر والرضا . فمجرد الوصول للهدف ليس كافياً .

تحقيق المخيلة الإنجازية : الجملة الأخيرة من الجملة مثال (لتحقيق المخيلة الإنجازية) فالأفكار التى تعبر عن الحرص الشديد والرغبة القوية فى التميز فمجرد التعبير عن تحقيق الهدف أو إنهاء عمل لاتكفى فى ذاتها - بل لابد أن يكون الهدف إنجازاً متفرداً تم تحقيقه بالجمع بين الصوت الجميل والعمل الجاد وهذا هو تحقيق المخيلة الانجازية . وقد يفشل بعض ذوى الإنجاز المرتفع لأنهم وضعوا أهدافاً بعيدة ، أو معايير مبالغة فى التميز لكى ينجحوا فى مهام صعبه ويحققوا أشياءاً متفردة . ولكن نسبه فشلهم أقل لأنهم يفكروا ويخططوا ويتغلبوا على العقبات .

تقييم الأداء:

لايكتمل الانجاز إلا بالتقييم ، ولا يكتمل التقييم إلا إذا تعلم التلميذ أن يحلل اهدافه الكبرى إلى أهداف أصغر - حتى يستطيع ملاحظتها وتقدير ما حققه من نجاح أو اصابه بفشل بدون هذا التحليل لن يعدل مساره ولن يدعم نجاحه .

أن التقييم يرتبط بالزمن فأى خطه لاتتبع جدولا زمنيا لن يكتب لها النجاح . فإذا قال التلميذ لنفسه سوف أبدأ فى تعلم اللغه الفرنسيه وسوف اتعلم ٥ كلمات كل يوم حتى اكون افضل من العام الماضى هذا تنافس مع الذات ويحتاج مجهود وهاذان شرطان كافيان للهدف الانجازى .

أما إذا قال لنفسه اليوم أنا مجهد سوف ابدأ غدا . أو اليوم لدى واجبات كثيره سوف ابدأ غدا ... الخ . فلن يبدأ

الجدول الزمني يضمن حريه التلميذ والتزامه

* سوف احفظ ٥ كلمات يوميا حتى أستطيع أن اسمع ٣٥ كلمه يوم الجمعه وبذلك احقق معدل أفضل من السنه الماضيه . قد يتبين التلميذ أن ٥ كلمات كثير- أى مخاطره غير محسوبه - لصعوبه الحفظ أو ضيق الوقت (العقبات الخارجية) أو لانه بطئ فى الحفظ (عقبه داخليه) فى هذه الحاله يستطيع تعديل الهدف فيقول سوف احفظ ٤ كلمات أو ٣ كلمات على أن يلتزم بالجدول الزمنى ، هذه هى الأفكار العشره لدافعية الإنجاز المرتفعة ، لايوجد مقرر دراسى يجعل التلاميذ أكثر إنجازاً ، ولكن يستطيع التلميذ أن يتعرف على نموذج الأفكار الإنجازيه وعليه يستطيع أن ينمى الوعى بذاته فيما يتعلق بافكاره ومشاعره وأفعاله وخططه ومقارنتها بهذا النموذج .

النموذج السابق مثال لأسلوب الشخص ذو دافعيه الانجاز المرتفعة فى التفكير و فى أهدافه . ويمكن لأى شخص أن يستفيد من هذا النموذج فى النظر لأهدافه . لا يمكن أن تصبح من نوى دافعيه الإنجاز العاليه لمجرد قراءة النموذج ، ولكن مع الوقت والتدريب الجاد على التفكير كما يفكر ذو دافعيه الإنجاز المرتفعة ووضع خطط على نسق النموذج الأنجازى يمكنك أن تتقدم خطوه وخطوات .

* إقرأ قصة المطرب باهتمام .
* إقرأ القصة التى قمت بكتابتها .
* حدد (الحاجة) فى قصتك إذا لم يكن بها حاجة شديده أضف لها حاجة شديدة يتوفر فيها شروط الحاجة للأنجاز .
* انتقل إلى العنصر الثانى وهو المعوقات الشخصية إذا لم يكن بها معوقات شخصية أضف لها معوقات شخصية .
* انتقل الى العنصر الثالث وهو المعوقات الخارجية اذا لم يكن بها معوقات خارجية أضف لها معوقات خارجية .
* استمر فى المقارنه بين القصه التى قمت بكتابتها وقصه المطرب من حيث توفر عناصر الخطة الانجازية - واستمر فى إعاده صياغة عناصر قصتك لكى تستخدم العناصر الانجازية .

- استمر فى المقارنة بين القصة التى قمت بكتابتها وقصة المطرب من حيث توفر عناصر

الخطة الانجازية - واستمر في إعادة صياغة عناصر قصتك لكي تستخدم العناصر الإنجازية .

- قارن بين قصتك الأولى وقصتك بعد إضافة العناصر الإنجازية .
- ما هي العناصر التي لم تكن موجوده أساساً وقمت بإضافتها ؟
- ما هي العناصر التي كانت موجوده ولكن بصيغة غير إنجازية وقمت بتعديل صياغتها ؟
- ما أوجه الشبه والخلاف بين قصتك قبل التعديل وبعد التعديل .
- أي الخطتين يؤدي لنتائج يتحقق فيها مواصفات دافعيه الإنجاز وهي

(١)

(٢)

(٣)

(٤)

* كيف تكون حياة الفرد لو أنه فكر وخطط ونفذ تبعاً للخطه الانجازية ؟ ضع مثالا .
* كيف تكون حياة المجتمع لو أن مؤسساته التزمت بالخطة الإنجازية ؟ ضع مثالا .
* كيف يرتبط مفهوم السعي للأتقان بمفهوم نوعية الحياة ؟
* كيف نربط بين دافعية الإنجاز وأسلوب التفكير ؟
* ارسم خطة معرفيه تضم عناصر الخطة الانجازية وعناصر التفكير المنتج .

يمكن للأخصائي النفسي إضافة امثلة أو اقترح مشكله للحل مستمده من واقع المدرسه على أن تلبى حاجات التلاميذ .

يمكن أن يوظف أسلوب تقديم دافع الانجاز لتقديم دافع التواد كدافع حيوى إنساني فيعمق مفهوم التواد ، واستراتيجياته .. ونذكرها باختصار فيما يلي :

التأييد الانفعالي أي تأييد وتدعيم شخص لأخر.

التنشيط الإيجابي أي مسانده شخص لأخر للقيام بعمل .

الاهتمام والرعاية . وهناك مقياس لدافعيه التواد يمكن للاخصائي النفسي الاستعانة به .

مقياس البناء الدافعى (١)
تعليمات اجراء الاختبار

- فيما يلى بعض العبارات الرجاء قراءه كل عباره بدقه ثم ضع دائره حول رقم (٣) اذا كانت العبارة تصفك بدرجة كبيرة أو تضع دائره حول رقم (٢) اذا كانت العباره تصفك بدرجة متوسطه أو ضع دائره حول رقم (١) اذا كانت العباره تصفك بدرجة ضعيفة

مثال : احب العمل الذى يتح لى الفرص للأتصال بكثير من الناس

- اذا كا نت العبارة تصفك بدرجة كبيرة فسوف تكون الاجابه بهذا الشكل .

(٣) (٢) (١)

العبارة	١	٢	٣
١ - انجازاطلب المساعدة من أهل الخبرة حتى لو لم يكن بينى وبينهم علاقة سابقة	١	٢	٣
٢ - تواد افضل العمل الذى يتطلب التعاون مع الأخرين			
٣ - انجاز اسعى بإستمرار لتحسين مركزى ليصبح احسن مما هو علية الأن	١	٢	٣
٤ - قوةافضل أن اقوم دائماً بدور القائد سواء فى العمل أو خارجه			
٥ - تواد تؤثر كلمات الحب والود فى تاثيراً كبيراً	١	٢	٣
٦ - قوة استطيع أن أواجه المواقف الصعبه بصمود	١	٢	٣
٧ - انجاز اعتقد أن مرات نجاحى أكثر من مرات فشلى			
٨ - انجاز اتطلع للمستقبل ولا ألتفت للماضى إلا للتعلم منه	١	٢	٣
٩ -قوة يهمنى الجهد الذى يحقق القوة والنجاح	١	٢	٣
١٠ - تواداشعر بالارتياح عندما أكون مع الأخرين	١	٢	٣
١١ - انجاز أشعر بعد أن انجز عملاً هاماً أنه كان ممكن اداؤه بطريقة أفضل	١	٢	٣
١٢ تواد يسعدنى أن اشترك فى الالعاب الجماعية	١	٢	٣
١٣ -قوة اخلق الفرص ولا انتظرها للوصول لمكانه أعلى	١	٢	٣
١٤ تواد افضل أن أكون باحثاً اجتماعياً على أن أكون موظفاً فى احدى مراكز التدريب			
١٥ -انجاز اجد متعه فى معاونة الأخرين فى حل مشاكلهم	١	٢	٣
١٧ - قوة لايهمنى ما يظنه الناس عنى مادمت احقق أهداف مشروعة	١	٢	٣
١٨ انجاز انجاز يعتقد الاخرون أننى أعمل بجدية شديدة	١	٢	٣
١٩ -انجاز انظر الى النتائج قبل البدء فى العمل	١	٢	٣
٢٠ - قوة أتاثر انفعالياً بالمشكلات التى تواجه اصدقائى			
٢١ - انجازأعجب بالاشخاص الذين حققوا مراكز مرموقه فى الحياة	١	٢	٣
٢٢ - قوة ليس من السهل أن يجرح أحد مشاعرى	١	٢	٣
٢٣ - قوة عندما يسئ إلى أحد أشعر بأن من الواجب أن أرد الاساءة بالاساءة .		٢	٣
٢٤ - انجاز أحب القيام بالعمل الذى يتطلب تحمل المسئولية	١	٢	٣
٢٥ - تواد احرص على أن تكون لى صداقات	١	٢	٣
٢٦ -تواد اشعر بالسعادة والفرح عندما أكون فى حفلة مبهجة وسارة	١	٢	٣
٢٧ -قوة أبذل الجهد حتى أكون الأقوى دائماً	١	٢	٣
٢٨ -انجازاجتهد فى عملى سعياً لتحقيق أهدافى الكبيرة	١	٢	٣
٢٩ -تواداتجنب المواقف التى تتضمن احراج الأخرين	١	٢	٣

مقياس البناء الدافعي (ب)

تعلميات :

اليك مجموعة من العبارات التى تعبر عن ميولنا واتجاهاتنا ويختلف كل منا فى أهميتها بالنسبه له - الرجاء اتباع الخطوات الاتية :

أ - ضع الدرجة (٣) امام العباره التى ترى انها تنطبق عليك بدرجة كبيرة

ب - ضع الدرجة (٢) امام العباره التى ترى انها تنطبق عليك بدرجة متوسطة

جـ - ضع الدرجة (١) امام العبارة التى ترى انها تنطبق عليك بدرجة ضعيفة

١ - ( ) .... (أ) أسعد أوقاتى مع الاصدقاء والأسرة
( ) .... (ب) أسعد أوقاتى عندما أقوم بعمل ناجح
( ) .... (جـ) أسعد أوقاتى فى الشعور بأننى أكثر أهمية من الاخرين

٢ - ( ) .... (أ) حين اشرع فى عمل اسأل عن العائد
( ) .... (ب) حين اشرع فى عمل أسأل عن الزملاء المشاركين
( ) .... (جـ) حين اشرع فى عمل افكر فيما يثيره العمل فى تفكيرى

٣ - ( ) .... (أ) الاجتماعات تعطنى فرصة للقاء الزملاء
( ) .... (ب) الاجتماعات تعطنى فرصة للظهور أمام الأخرين
( ) .... (جـ) الاجتماعات تعطنى فرصة للتعلم والنمو

٤ - ( ) .... (أ) أولوية حياتى فى علاقاتى بالأخرين
( ) .... (ب) أولوية حياتى فيما يساعدنى للوصول لمركز مومرق
( ) .... (جـ) أولوية حياتى لأن أتفوق على نفسى

٥ - ( ) .... (أ) حين أعمل لا أفكر إلا فى العمل
( ) .... (ب) حين أعمل أفكر فيما يعود به العمل من خير على الأخرين
( ) .... (جـ) حين أعمل أفكر فى مديح الأخرين لى

٦ - ( ) .... (أ) فى اختيارى لاصدقائى اختار من أحبه وارتاح اليه
( ) .... (ب) فى اختيارى لاصدقائى اختار من هم فى مصدر القوة والسلطة
( ) .... (جـ) فى اختيارى لاصدقائى من يستطيع أن ينمى ويتحدى تفكيرى

٧ - ( ) .... (أ) أسعى أن أكون شخص محبوب
( ) .... (ب) أسعى أن أكون شخص قوى
( ) .... (جـ) أسعى أن أكون شخص متميز

٨ - ( ) .... (أ) أبذل الجهد لكى أحصل على مركز مرموق
( ) .... (ب) أبذل الجهد لكى أحقق هدف وضعته لنفسى
( ) .... (جـ) أبذل الجهد لكى أساعد الأخرين

٩ - ( ) .... (أ) فى المناقشة أحاول أن أفرض أرائى على الأخرين
( ) .... (ب) فى المناقشة أتنازل عن أرائى من أجل الأخرين
( ) .... (جـ) فى المناقشة لابد أن أستمر فيها حتى أقتنع بأفضل الأراء

٢ - ٦ إدارة الوقـــت

الوقت عامل هام لتنظيم حياة الانسان ، وكثيرا ما نسمع التلاميذ يشكون من أن المهام التعليمية لا تترك لهم وقتاً للقيام بأى أنشطة أخرى ، أو أنهم لا يستطيعون القيام بكل واجباتهم التعليمية لضيق الوقت .

ولذلك يعتبر الوقت مصدر من مصادر الثروة يجب الاقتصاد والحكمة فى استغلاله . وقد يجد الاخصائى النفسى فى مناقشة إدارة الوقت مدخلا مناسباً لتنمية وعى التلاميذ بالوقت ، وتدريبهم على حسن استغلاله . وسوف نقدم فيمايلى تدريبا يساعد التلاميذ على تنمية وعيهم بأسلوبهم فى إدارة الوقت .

المطلوب منك أن تلاحظ نفسك اثناء قيامك بالانشطة المختلفة ، عند الصباح وحتى المساء - إذا كانت هناك أوقات لا تستطيع تذكر ما قمت بهِ اثنائها ، اكتب امامها : لا أتذكر - اكتب امام كل ساعة ما قمت بأدائه .

الوقـت	السبت	الأحد	الأثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة
الساعة ٨							
الساعة ٩							
الساعة ١٠							
الساعة ١١							
الساعة ١٢							
الساعة ١							
الساعة ٢							
الساعة ٣							
الساعة ٤							
الساعة ٥							
الساعة ٦							
الساعة ٧							
الساعة ٨							
الساعة ٩							
الساعة ١٠							

يساعد الاخصائى النفسى التلاميذ على حساب كم من الوقت يستغرقه التلميذ فى المواصلات ، فى مشاهدة التليفزيون فى تناول الوجبات ، فى قضاء حاجات الأسرة ، فى استذكار الدروس ، فى الدروس الخصوصية .... الخ

ثم يناقش معهم الأسئلة التالية :

* إلى أى مدى أنت راض عن اسلوبك فى إدارة الوقت ؟
* هل هناك أنشطة تتمنى القيام بها ولا تجد وقتاً للقيام بها ؟
* هل هناك أنشطة تستغرق وقتا أكثرمما يجب ؟
* هل تساعدك إدارة الوقت بهذا النظام فى تحقيق ذاتك ؟
* هل هناك أنشطة تريد أن تدخلها فى حياتك ، وتريد أن تجد لها وقتاً ؟
* هل هناك أنشطة تريد أن تستبعدها من حياتك - ما هى ؟
* هل هناك توازن فى أوجه الأنشطة المختلفة التى تقوم بها ؟
* هل هناك نشاط يغلب على حياتك ، وتريد تعديله - ما هو ؟

يستطيع الاخصائى النفسى استخدام هذا النشاط مع مجموع التلاميذ ، أو فى جلسات الارشاد ، ويمكن دعوة المعلمين للمشاركة فى النشاط ويمكنه دعوة التلاميذ للقيام بالبحث عن اسلوب التلاميذ فى إدارة الوقت ، ثم يقوموا بنشر نتائجه فى المدرسة .

ويرتبط بإدارة الوقت فهم العلاقة بين إدراك الوقت والشخصية ، وقد يكون من المناسب استخدام النموذج المرفق لتشجيع التلاميذ على فهم إدارة الوقت .

الشخصية وإدارة الوقت

تعليمات : ضع دائرة حول الرقم الذى يصفك فى معظم الأوقات :

دائما مستعجل ومتأخر	١ ٢ ٣ ٤ ٥	دائما دقيق لا يتأخر أبدا
يحب التنافس	١ ٢ ٣ ٤ ٥	لا يهتم كثيرا بالتنافس
يقطع حديث الاخرين ليتكلم	١ ٢ ٣ ٤ ٥	يعطى الآخرين وقتا كافيا للانتهاء من كلامهم
يحاول عمل أشياء كثيرة فى نفس الوقت	١ ٢ ٣ ٤ ٥	حين ينتهى من عمل يبدأ عملاً أخر

يتكلم بايقاع قوى وسريع ١ ٢ ٣ ٤ ٥ يتكلم بهدوء

يأكل بسرعة و يسير بسرعة ١ ٢ ٣ ٤ ٥ يأكل بهدوء ويتحرك بهدوء

يخفى المشاعر التى قد تعتبر ١ ٢ ٣ ٤ ٥ يعبر عن مشاعره
نقاط ضعف

اهتماماته محدودة وليس ١ ٢ ٣ ٤ ٥ لديه اهتمامات كثيرة وحياة اجتماعية نشطة
لديه الوقت للحياة الاجتماعية

طموح وحريص على الترقى ١ ٢ ٣ ٤ ٥ قانع بما لديه

يهتم بأن يكون راضيا عن ١ ٢ ٣ ٤ ٥ يهتم بالمجموعة التى يعيش فيها
نفسه بصرف النظر عما يقوله الأخرون

أهم ما يحققه هذان التدريبان تأكيد مفهوم إدارةالوقت ، واتاحة الفرصة للتلاميذ ان يعبروا إدراكهم للوقت كقيمة أو رأس مال هام يجب ادارته بكفاءة .

٣ - ١ تعميق مفهوم التلميذ عن ذاته وعن بيئته

يمكن للأخصائي النفسي الاستعانه بالتدريب التالي كمدخل للحوار أو النقاش أو المقابلة ، ويمكنه أن يطلب من التلاميذ اختيار مايريدون مناقشته من المجالات المذكورة وهي الذات والأسرة والمدرسة والمجتمع ، أو اقتراح موضوعات تهمهم . فالهدف من هذا التدريب إتاحة الفرصه للتلاميذ ان يتأملوا ويناقشوا ويعبروا بحرية عن افكارهم ويشعروا بالمسئوليه نحو مجتمعهم .

ويمكن للأخصائي النفسي دعوة متخصص إذا تطلب الموضوع الذي يناقشونه ذلك كما يمكن ان يدعو الأسره لحضور النقاش أو يدعو المعلمين

ويمكن أن يصمم بحثا يشترك فيه التلاميذ للتعرف عى أراء زملائهم في المدرسه نحو أحد القضايا الأيجابية أو السلبيه التي يطرحونها كل فرد منا عالم في ذاته - له جوانبه الأيجابيه التي يتقبلها ويعحب بها ، وجوانبه السلبيه التي تتمنى تعديلها - الخطوة الأولى لتنمية الشخصيه أن تعرف هذه الجوانب الأيجابيه والسلبيه - فيما يلي جدول اكتب فيه ايجابياتك وسلبياتك .

ايجابياتى وسلبياتى

ايجــــــابيـــــات	سلبيـــــــــات
-	

دعم اجاباتك بأمثله من واقع حياتك

فى رأيك كيف تنمى ايجابياتك وتتخلص من سلبياتك

" اسرتى "

تحتل الأسره مكانه هامه فى حياتنا ، ولأن الاسره بناء اجتماعى بشرى ، فاننا نجد فيها ما نتفق معه وكذلك ما تختلف عليه ، أو نجد فيها ايجابيات كثيره ومع ذلك فهناك بعض السلبيات - كما سبق أن ذكرنا ان الخطوة الأولى لنضج العلاقات الاسريه ان نتأمل هذه العلاقات ويكون لدينا وعى بإيجابياتها وسلبياتها .

فيما يلى جدول عن بناء الأسره - الرجاء كتابة الأيجابيات والسلبيات

ايجــــــابيـــــات	سلبيـــــــــات

دعم ما تذكره بمواقف من الواقع

فى رأيك كيف تساعد الأسره على تحقيق مزيد من الأيجابيات والتخلص من السلبيات

"المجتمع الأكبر"

اتبع نفس التعليمات لتتأمل وتحلل ايجابيات وسلبيات المجتمع

ايجابيات	سلبيات

"مدرستى"

المدرسه هو المجتمع الوسيط الذى ينقلنا من مجتَمع الأسره الصغير الى المجتمع الكبير ولذلك تقع عليه مسئوليات كبرى فى التعليم والتدريب . وكأى مجتمع لا بد أن يكون فيه عوامل ايجابيه تساعدنا على النمو عوامل سلبيه تهدد هذا النمو . تأمل ما توفره المدرسه لك ، وما لا توفره من اسباب النجاح والنمو

وسجل افكارك فى الجدول الأتى

ايجابيات	سلبيات

دعم ما تذكره بدليل من الواقع .

فى رأيك كيف تساعد المدرسه على تحقيق مزيد من الأيجابيات والتخلص من السلبيات .

يسعى الاخصائى النفسى للتعرف على حاجات التلاميذ كخطوة مبدئية لوضع أهدافه وخططه وهناك العديد من الأدوات التى يمكن للأخصائى النفسى أن يستعين بها للتعرف على حاجات التلاميذ ومشكلاتهم. وقد يكون الاستبيان المرفق مدخلا مختصرا ومناسبا للتعرف على بعض حاجات التلاميذ ومشكلاتهم، ونقترح فيما يلى مثالا لاستخدام الاستبيان كمدخل لتنمية وعى التلاميذ بمشكلاتهم، ومدخل لمناقشة تلك المشكلات :

١- عرف التلاميذ بالهدف من الاستبيان.
٢- جمع اجابات التلاميذ فى فئات تبعا لنوع المشكلة المطروحة باستخدام تكرارات الاجابة.
٣- جمع المشكلات فى فئات أكبر تبعا لما بينها من علاقة وناقش هذه المشكلات ومابينها من علاقة.

وقد يسفر هذا النقاش عن اقتراح حلول قد يستطيع الأخصائى نقلها إلى الادارة أو المعلمين واحداث تغير فعلى فى مناخ المدرسة.

	لا تزعجنى أبدا	تزعجنى قليلا	تزعجنى	تزعجنى بشدة
١ الاخلفا عن الآخرين				
٢- الفشل - الرسوب				
٣- التحدث أمام الفصل				
٤- أن يوجه لى نقد				
٥- الاستهزاء بى				
٦- الاسنجام مع الزملاء				
٧- حجم الواجبات المدرسية				
٨- قسوة بعض الناس				
٩- المحافظة على مواعيد المدرسة				
١٠- عمل الواجبات فى الوقت المناسب				
١١- تكوين صداقات				
١٢- عدم استماع الكبار لى				
١٣- طول وقت الحصة				
١٤- الانشطة المدرسية				
١٥- تغيير القواعد اللازم اتباعها				
١٦- الكتب المدرسية				
١٧- المدرسون الجدد.				
١٨- ضيق المدرسة				
١٩- ازدحام الفصل بالتلاميذ				
٢٠- الامتحانات				

تنمية الوعى بالعلاقات الاجتماعية

تربطنا بمن حولنا مشاعر متنوعة تؤثر فى علاقاتنا بهم، ومن المفيد أن يكون الفرد على وعى بعقالاته وبمشاعره نحو الآخرين. وفيما يلى تدريب أشبه بلعبة السيجا يساعدك على فهم مشاعرك وعلاقاتك بالاشخاص ذوى الأهمية فى حياتك.

اسم: شخص تحترمه جدا لماذا تحترمه؟	اسم: شخص تستطيع الاعتماد عليه دائما. لماذا تعتمد عليه	اسم: شخص تغيرت مشاعرك نحوه لماذا تغير شعورك نحوه	اسم: شخص تحب أن تكون مثله ما الصفات التى تحبها فيه؟
اسم: شخص منافس لك ما الذى ينافسك فيه؟	اسم: شخص تشعر بالراحة فى وجودك معه ماذا يريحك؟	اسم: شخص تأتمنه على اسرارك كيف تشعر نحوه	اسم: شخص يشبهك ما أوجه الشبه بينك وبينه؟
اسم: شخص يثير غضبك دائما لماذا يثير غضبك	اسم: شخص يشعرك أنك متميز كيف تشعر نحوه	اسم: شخص مهم فى حياتك لماذا	اسم: شخص يعتمد عليك كثيرا كيف تشعر نحوه؟

بعد الانتهاء هل ساعدك هذا التدريب على التأمل فى علاقاتك بالغير - هل تكرر اسم معين فى اكثر من مربع - هل اختفى اسم معين؟

هل هناك اجابات ذكرتها وأثارت دهشتك

هل اضاف التدريب معلومات عن علاقاتك الاجتماعية لم تكن واضحة.

او تحفظ لنا هذه الصفات الايجابية - ويرتبط باحترام الذات تقبل الذات أى تقبل

مقياس الجو الاسرى

التعلميمات :

فى الصفحات التالية مجموعة من العبارات التى تدور حول موضوعات معينه فى الحياة الاسرية .

* أمام كل عبارة ثلاث اجابات يمكن أن تنطبق عليك احداها ، اقرأ كل عبارة ثم حدد إجابتك كما يلي :

١ - اذا كانت العبارة تنطبق على اسرتك بصفة دائمة ضع علامة (✓) أمام خانة دائماً .
٢ - اذا كانت العبارة تنطبق على اسرتك بصفة نادرة ضع علامة (✓) أمام خانة نادراً .
٣ - اذا كانت العبارة تنطبق على اسرتك بصفة احياناً ضع علامة (✓) أمام خانة احياناً .

* تأكد من وضع العلامة تحت الخانة التى تنطبق على إجابتك تماماً .
* لا تترك عبارة دون أن تحدد موقفك منها
* ليست هناك إجابات صحيحة أو خاطئة المهم أن تعبر الاجابة عن انطباعك الحقيقى مثال :

م	العبارة	دائما	احيانا	نادرا
١	افراد اسرتى يساعد بعضهم بعض فى معظم امور حياتهم .			
٢	يحتفظ كل فرد فى الاسرة بمشاعره لنفسه			
٣	يوجد قدر بسيط من الصراع بين افراد اسرتى			
٤	لايستطيع بعض افراد اسرتى ان يتحمل مسؤوليه القيام بعمل من تلقاء نفسه			
٥	يتبادل افراد اسرتى الحديث حول المشكلات السياسية والاجتماعية			
٦	تحقيق التقدم والنجاح والفنون فى الحياه مبدأ هام فى حياتنا الاسرية			
٧	يحافظ افراد اسرتى على أداء الشعائر الدينيه وحضور الدروس الدينيه			
٨	لا يحافظ افراد الاسره على بقاء المنزل نظيفا ومرتبا			
٩	لا يذهب افراد اسرتى معا فى رحلات نزهات ترفيهية			
١٠	يبذل كل فرد فى الاسرة ما يستطيع من جهد فيما يقوم به من اعمال خاصة بعطالب الاسرة لىى يسعد الآخرين			
١١	التزم الحذر عندما ابوح ببعض الامور الخاصة بى لافراد اسرتى			
١٢	عند مناقشة اى مشكلة تحدث فى الاسرة يظهر الغضب بشكل صريح على افراد الاسترة			
١٣	اجد تشجيعا قوياً من اسرتى كى اكون مستقلة فى تنظيم شؤون حياتى الخاصة .			
١٤	لايهتم افراد اسرتى بالاستماع للبرامج الثقافية من الاذاعة والتلفزيون			
١٥	يقارن افراد اسرتى انفسهم بالآخرين بالنسبة للفنون فى العمل والدراسة بهدف الوصول لمستوى أفضل .			
١٦	تترك لنا الاسرة حرية ممارسة الشعائر الدينية			
١٧	يهتم افراد اسرتى بالمحافظة على المواعيد واحترامها			
١٨	يمارس كل فرد فى اسرتى احد الهوايات التى يحبها			
١٩	يوجد شعور قوى بالانتماء للأسرة لدى افراد اسرتى			
٢٠	تناقش الامور التى تتعلق بميزانية الاسرة بصراحة فى محيط الاسرة			
٢١	لايوجد افراد الاسرة النقد لبعضهم البعض دون مبرر			
٢٢	يوجد قدر ضئيل من الخصوصيات لكل فرد فى الاسرة			
٢٣	أجد تشجيعا من اسرتى على الاطلاع والقراءة راكتساب مهارات جديدة العمل قبل اللهو هو القاعدة التى تسير عليها اسرتى			

م	العبـــــــــــــارة	دائما	احيانا	نادرا
٢٦	التخطيط والتنظيم من المبادئ الهامة التى تمارسها فى حياتنا الأسرية			
٢٧	تميل اسرتى الى قضاء معظم العطلات الرسيمية والفترات المسائية معاً .			
٢٨	لا يتطوع احد من افراد الاسرة لاداء عمل مطلوب انجازه في المنزل			
٢٩	تدور مناقشات تلقائية بين افراد اسرتى حول مختلف الموضوعات			
٣٠	يحاول افراد اسرتى تسوية المشكلات الاسرية بهدوء			
٣١	يشجع افراد اسرتى بعضهم البعض للدفاع عن حقوقهم داخل وخارج الاسرة			
٣٢	تشجعنى اسرتى على الذهاب للمكتبات العامة والاشتراك بها			
٣٣	لايبذل افراد اسرتى جهداً كبير لتحقيق قدر اكبر من النجاح فى حياتهم الخاصة والعامة			
٣٤	لايقرأ معظم افراد اسرتى فى الكتب الدينية			
٣٥	واجبات كل فرد ومسؤوليته غير محددة بوضوع فى محيط اسرتى			
٣٦	يهتم افراد اسرتى بممارسة بعض الانشطة الرياضية			
٣٧	يسود التعاون والروح الجماعية بين افراد اسرتى فى حياتنا الاسرية			
٣٨	يفضل افراد اسرتى الحديث عن الموضوعات الخاصة بهم مع بعظهم البعض عن الحديث مع أى شخص خارج الاسرة .			
٣٩	يدرك افراد اسرتى ان الصياح ورفع الصوت اسلوب غير مقبول فى حل الخلاف			
٤٠	يعتمد كل فرد من افراد اسرتى على نفسه فى ايجاد حلول عندما تظهر اى مشكلة من المشكلات .			
٤١	لاتهتم اسرتى بشراء الجرائد اليومية والمجلات الاسبوعية			
٤٢	تعطى اسرتى اهتماماً كبيراً للمنافسة الايجابية فى انجاز الاعمال التى اقوم بها .			
٤٣	تضع ميزانية منظمة لمصروف المنزل ونلتزم بها			
٤٤	لا اجد تشجيعا من افراد اسرتى للاشتراك فى معظم الرحالت والانشطة فى المدرسة			
٤٥	يوجد اهمتام ورعاية متبادلة بين افراد اسرتى			
٤٦	الحوار الصريح بين افراد اسرتى هو الطريق لحل ما يواجه الاسرة من مشاكل .			

أسرتى

تعليمات :

فيما يلى بعض المواقف اليومية فيحياة الأسرة وأمام كل موقف ثلاث إجابات ١ ، ٢ ، ٣

الرجاء وضع دائرة حول الرقم الذى يعبر عنك أصدق تعبير .

رقم الموقف	م	الموقف
	١	موضوع اصدقائى لا أتكلم فيه مع أحد ولا يهتم به أحد من افراد اسرتنا
١	٢	يهتم (أمى - أبى) بإختيارى ويناقش فيه ثم يتركان لى حرية الاختيار
	٣	يمنعنى (أمى - أبى) من الاتصال بالزملاء ، إلا فى حدود ضيقة
	١	لا يهتم (أمى - أبى) بحالتى عندما افقد اعصابى ويعلوم صوتى بالشكوى
٢	٢	يطلب منى (أمى - أبى) ان أهدأ ونناقش معا بهدوء
	٣	ينهرنى (أمى - أبى) دون معرفة السبب
	١	عندما تزورنى اصدقائى فى المنزل لا يهتم بأمرهم (أمى - أبى)
٣	٢	يهمت (أمى - أبى) بمعرفه اصدقائى والترحيب بهم
	٣	لايسمح لى (أمى - أبى) بذلك ويثور على
	١	عودتى للمنزل لا ترتبط بأيه مواعيد حيث لا ينشغل والداى على ولا اخطرهم بذلك
٤	٢	أتصل تليفونيا اذا كان هناك ما يدعونى للتأخر
	٣	لا استطيع تحت أى ظرف من الظروف التأخر فى موعد عودتى تجنبا لعقاب (أمى - أبى)

رقم الموقف	م	الموقف
٥	١	عندما اتشاجر مع اختى لا نلجأ (أمى - أبى) لحل المشكلة
	٢	نلجأ (أمى - أبى) لمناقشة الأمر
	٣	يفرض (أمى - أبى) هذا التدخل على غير ارادتنا
٦	١	لا يعلم (أمى - أبى) عن اشتراكى فى نشاط ما فى المدرسة
	٢	انقل الى (أمى - ابى) كل ما يقابلنى فى المدرسة ثم نناقشها معاً
	٣	ليس (لدى - أمى - أبى) وقت للاستماع لى
٧	١	لا يلتف (أمى أبى) إلى أى تغيير فى حالتى سواء كنت حزينا أو مهموما
	٢	يتساءل (أمى - أبى) عن سبب حزنى ويحاول ان يزيل مصدر ضيقى
	٣	يفهمنى (أمى - أبى) أننى " نكدى "
٨	١	عندما تقرر المدرسة الذهاب فى رحلة يسمح لى (أبى - أمى) بالذهاب دون ابداء إهتمام
	٢	اتناقش مع (أبى - أمى) فى برنامج ومكان ومدة الرحلة
	٣	لا يسمح لى (أمى - ابى) بالاشتراك
٩	١	عندما نلس المشاهدة برنامج فى التليفزيون لا يسمع (أمى - أبى) أى تعليق أو مالحظة مما أقول
	٢	يهمت (امى - ابى) سماع رأيى ومناقشة
	٣	التعليق من حق (امى - ابى) فقط

رقم الموقف	م	الموقـــــــــــــــــــف
١٠	١	عندما جاء أبى ترشيح للسفر للخارج لم نناقش هذا الموضع لانه يخصه
	٢	جمعنا (أمى - أبى) لمناقشة الموضوع
	٣	لم يعرف أحد فى المنزل إلا قبل فترة وجيزة
١١	١	عندما يرجع أبى غاضبا وعصبى من العمل لا يهتم أحد بمعرفة سبب ضيقه
	٢	نعدل على تهدئته ومعرفه سبب عصبيته ونشارك فى ايجاد حلول لما يواجهه من مشاكل
	٣	تهدى (أمى - أبى) بالعقاب إذا تدخل أحد منا فى الموضوع
١٢	١	عندما تمرض أمى نتركها فى اعتقاد انها سوف تتحسن تلقائياً
	٢	تصر عل يذهابها للطبيب ومرافقة أبى لها
	٣	لاننتبه إلا إذا إشتد المرض عليها
١٣	١	لايدرى أحد بما يكون لدى الأخر من مشاكل
	٢	حينما يكون لدى أحد من أفراد الاسرة مشكله بعرضها على الجميع لمناقشتها
	٣	يتخذ (امى - أبى) القرار بشأن حل المشاكل التى يتعرض لها افراد الاسرة
١٤	١	عندما تتعلق المناقشة (أمى -أبى) بالنواحى المالية اترك الغرفة
	٢	يهتم (أبى - أمى) بمسائلى
	٣	لا يسمح (أبى - أمى) بالتعبير عن وجهة نظرى

رقم الموقف	م	الموقف
١٥	١	عندما تحتاج الأسرة شراء شئ جديد (لا يهتم أحد برأى)
	٢	نتشاور جميعاً فى هذا الموضوع
	٣	يصر (ابى - امى) على الاختيار من وجهة نظرهم
١٦	١	حين اطلب من (امى - أبى) نقوداً زائدة عن مصروفى يعطنى اياها دون تساؤل
	٢	يناقشنى (أمى أبى) ويعطنى اياها حسب الظروف
	٣	يحدد (أمى - أبى) مصروفى ولا يعطنى زيادة مهما كان السبب
١٧	١	لا يهتم ابى برأى أمى اطلاقاً فى أى موضوع
	٢	يتحدثان معاً فى هدوء ويعرضان وجهتى نظرهما
	٣	يصر والدى على أن رأيها خاطئ
١٨	١	لا يهمنى نوع العلاقة بين أمى - أبى
	٢	اعرف أن أمى - أبى على علاقه قويه تسودها المحبه والاحترام
	٣	أعرف ان العلاقه بين ابى وأمى من نوع الرضا بالأمر الواقع

٣-٢ التفاعل الاجتماعى والتواصل

يمثل التواصل بين البشر قيمة انسانية كبرى حيث ترتبط حياة الفرد بحياة الأخرين سواء كان الآخرون أفراد أسرته أو المعلمون والاخصائيون أو الزملاء بالمدرسة أو غيرهم . وإذا نظرنا حولنا نجد أن علاقاتنا بمن حولنا تتفاوت قوة أو ضعفاً ، إيجابا أو سلباً ، قربا أو بعداً فنجد أننا نفضل البعض ونتجنب البعض ونختلف مع البعض . فالتفاعل بين البشر يتم بتلقائية .

ولما كان هدف العلم أن يلفت انتباهنا إلي الظواهر الهامة فى الحياة حتى نتأملها وننميها ، فوسف نعرض فيمايلى لتدريب يساعد الاخصائى النفسى على تقديم مفهوم التفاعل الاجتماعى للتلاميذ .

وقد إهتم العلماء بدراسة التفاعل أو التواصل بين البشر ، وتوصلوا إلى رصد استراتيجياته كما توصلوا لأساليب قياسه . ويمكن أن نعتبر القياس السوسيومترى أحد وسائل قياس العلاقات الاجتماعية أو التفاعل الاجتماعى ، حيث يهدف إلى دراسة العلاقات بين الأفراد داخل جماعة معينة . فإذا افترضنا أن الفصل يضم جماعة الزملاء فإن القياس السوسيومترى يقيس نوعية التفاعل بينهم .

وفيمايلى خطوات بناء وتطبيق مقياس سوسيومترى :

١ - قدم إلى التلاميذ قائمة بأسماء تلاميذ الفصل بحيث يكون بجوار كل اسم رقم .

٢ - اتبع التعليمات الآتية :

" فيمايلى نجد بعض الأنشطة التى تشارك زملائك فيها - اكتب رقم الزميل الذى تحب أن تشاركه فى كل نشاط من الأنشطة الآتية :

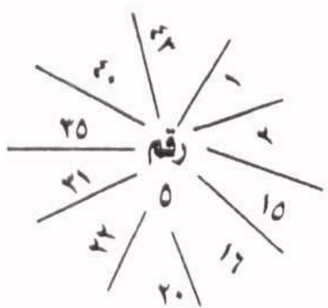
أ - أكثر زميل أحب أن أناقشه فى أمورى الشخصية .

ب - أكثر زميل أحب أن ألعب معه رياضة .

جـ - أكثر زميل أحب أن يمثلنى فى إتحاد الطلبة .

ويمكن للاخصائى النفسى أن يضيف إلى هذه الأنشطة أو يحذف منها حسب ما يراه مناسباً لحاجات التلاميذ .

ثم يقوم الاخصائى النفسى بتفريغ البيانات تبعاً لتكرار الاسم فى إجابات التلاميذ ، ولنفرض أن الاسم ن ع ويحمل الرقم (٥) تكرر اختياره عشرة مرات بالنسبة للنشاط الأول من التلاميذ أرقام ١ ، ٢ ، ٥ ، ١٦ ، ٢٠ ، ٢٢ ، ٣١ ، ٣٥ ، ٤٠ ، ٤٣ .



هذا التلميذ « نجم » لأنه أختير من عدد كبير من تلاميذ الفصل .

ويقابل النجم « المنعزل » الذى لا يختاره أحد .

ومن الأشكال الشائعة للبناء السوسيومترى للفصل العلاقات الثنائية أى أن رقم (١) يختار رقم (٧) ورقم (٧) يختار رقم (١) ، وهذا بناء ضعيف لأن العلاقات فيه غير ممتدة

(١) ⇄ (٧)

وهناك البناء الشللى حيث يدور الاختيار داخل مجموعة محددة ولا يمتد إلى خارجها

وهناك السلسلة أى البناء الممتد فى الفصل كله وهو بناء إيجابى .

ويمكن للإخصائى النفسى مناقشة هذه الأشكال وما تعنيه من مؤشرات هامة . كما يمكنه توظيف المعلومات التى يحصل عليها من هذا التحليل فى فهم ديناميات التفاعل داخل المدرسة .

ويمكن تقديم تدريب أخر يساعد التلاميذ على فهم علاقاته بالغير :

يطلب الاخصائى النفسى من التلميذ أن يرسم دائرة كبيرة ويضع فى أى مكان فيها إسمه . ثم يضع أسماء أهم الأشخاص فى حياته ، ثم يجيب عن الأسئلة الأتية :

أ - لماذا يعتبر هذا الشخص هام فى حياتك ؟

ب - كيف تعبر له عن مشاعرك ؟

جـ - هل يبادلك هو نفس المشاعر ؟

د - هل تعطيه وقتاً كافياً يتناسب مع إهتمامك به ؟

هـ - هل يعطيك وقتاً مناسباً يتناسب مع علاقتك به ؟

وهكذا يتيح هذا التدريب الفرصة للتلاميذ للتعبير عن جوانب هامة فى حياتهم يوظفها الاخصائى النفسى فى تنمية وعيهم بجوانب التفاعل الاجتماعى المختلفة وتدريبهم على استراتيجيات هذا التفاعل .

(٣-٣) السلوك التوكيدى

يؤكد مفهوم تحقيق الذات ، أن احترام الفرد لحقوقه لا يتعارض مع احترامه لنفسه، وأن حبه لنفسه لا يتعارض مع حبه لغيره، ولكننا نرى نماذج فى التفاعل الاجتماعى يسودها العنف او العدوان حيث يظن البعض خطئا عن العنف أنه هو الوسيلة لحفظ الحقوق واحترام الذات ، وعلى النقيض من العدوان نجد البعض يتنازل عن حقوقه ويفضل الانسحاب وعدم المواجهة - من هاذين النقيضين ظهر مفهوم التوكيدية أى تأكيد الذات وتأكيد الحقوق الذاتية دون أن يتعارض هذا مع حقوق الغير .

قد يجد الاخصائى النفسى فى مفهوم التوكيدية مدخلا مناسبا لقاومة مظاهر العنف او العدوان من ناحية وكذلك مظاهر الانسحاب من ناحية أخرى ويمكن للأخصائى النفسى الاستعانة بالتعريف الاجرائى التالى لتوضيح مفهوم التوكيدية او تأكيد الذات.

١- التصرف بالطريقة التى تحقق مصالحنا:

ويشمل القدرة على اتخاذ القرار فيما يتعلق بالمستقبل والعلاقات مع الأخرين. واتخاذ المبادرة فى بدء المحادثات، وأن يثق المرء فى احكامه وأ يضع اهدافا يعمل على تحقيقها، وأن يطلب المساعدة من الاخرين، وأن يشارك اجتماعيا.

٢- الدفاع عن الحقوق

ويشمل سلوكيات مثل قول "لا" ووضع حدود للوقت والطاقة، والاستجابة للنقد او الغضب ، والتعبير عن الرأى أو تأييده أو الدفاع عنه.

٣- التعبير عن المشاعر بصراحة وشجاعة:

ويعنى القدرة على ابداء عدم الموافقة واظهار الغضب فى حدود ما هو مقبول والود والعاطفة والصداقة والاعتراف بالخوف والقلق والتعبير عن الموافقة والتلقائية، كل هذا بدون قلق.

٤- ممارسة الحقوق الشخصية :

فيما يتصل بالفرد كمواطن ومستهلك وكعضو فى مدرسة او جماعة وكمشارك فى احداث عامة، يحترم الفرد حقوقه ويسعى للحصول عليها، دون اعتداء على حقوق الغير.

وقد يرى الاخصائى النفسى أن يستعين بالمواقف الآتية ليعمق مفهوم التوكيدية لدى التلاميذ بمناقشة ما ذكروه.

فيما يلى عدد من المواقف التى قد صادفتك او قد تصادفك أثناء تفاعلك في شتى نواحى

الحياة اليومية. والمطلوب منك :

أ - ذكر السلوك الذى تقوم به بالفعل فى كل موقف.

ب - ذكر السلوك الذى تتمنى لو استطعت القيام به.

ملاحظة : إذا تضمن هذا الاستبيان مواقف لم تمر بخبرتك يمكنك تخيل نفسك فى هذه المواقف وبالتالى تصور سلوكك.

١- يريد صديقك أن يقترض منك مبلغاً من المال فى حين لا ترغب بذلك. كيف تتصرف؟

أ -

ب -

٢- غالبا ما يتصل بك إحد الاصدقاء فى وقت راحة الاسرة مما يسبب لك الازعاج لك. كيف تتصرف فى هذا الموقف ؟

أ -

ب -

٣- كيف تتصرفين عندما يمتدحك الأخرون على انجاز حققته؟

أ -

ب -

٤- ماذا تفعل عندما يستعصى عليك فهم جزء معين من الدرس أثناء شرح المدرسة؟

أ -

ب -

٥- كيف تتصرف عندما يطلب منك والدك ان تقطع صلبتك بإحد الأصدقاء لانه ادرى بمصلحتك منك؟

أ -

ب -

٦- يثير غضبك سلوك أختك الكبرى/اخيك الاكبر التى يأخذ بعض حاجياتك من غرفتك بدون استئذان. كيف تعبر عن غضبك؟

أ -

ب -

بعد إنتهاء التلاميذ من الاجابة على المواقف يمكن للأخصائى النفسى أن يطلب منهم المقارنة بين ما ذكرون فى الاجابة أ ، الاجابة .ب - ويمكن أن تكون هذه المقارنة موضوعا للمناقشة. وكذلك يمكن أن يقوم كل تلميذ بتعريف سلوكه على اساس انه توكيدى او عدوانى او انسحابى ثم تعديل السلوك العدوانى والانسحابى ليصبح توكيديا.

وفيما يلى بعض المواقف التى نقوم بها فى حياتنا اليومية وتحتمل أن يكون سلوكنا فيها عدوانيا - انسحابيا - توكيديا.

فيما يلى عدد من المواقف التى تمثل سلوكيات بعض الأفراد ، والمطلوب منك أن تحدد اذا كان هذا النموذج السلوكى توكيدياً أو عدوانياً أو انسحابياً ليكن لك رأيك الخاص ولا تتأثر برأى الاغلبية.

١- يقول السائق لمدير محطة البترول " لقد نسى أحد العاملين فى محطتك أن يعيد غطاء خزان البترول مكانه. أننى أريد أن تجده لى أو تشتروا لى غطاء جديد.

توكيدى عدوانى انسحابى

٢- الطالب لاستاذه " اننى احب الطريقة التى تدرس بها المادة، أنك تجعل المادة مسلية"

توكيدى عدوانى انسحابى

٣- أثناء احدى المناقشات مع مجموعة من الزملاء يقول التلميذ لزميله الذى يقاطعه أكثر من مرة قبل ان يكمل حديثه " لو سمحت دعنى اكمل وجهة نظرى، ثم يمكنك بعد ذلك قول ما تريد .

توكيدى عدوانى انسحابى

٤- تقول لزميلتها التى تطلب منها استعارة بعض الكتب " اننى لا اعير كتبى لأحد فلست اجد احداً هذه الأيام يهتم بما يستعيره من الآخرين.

توكيدى عدوانى انسحابى

٥- تقول لزميلتها فى العمل التى تريد استلاف مبلغ صغير منها "لقد استلفتى منى من قبل ولم تعيدى المبلغ، هل تعتقدين أننى مليونيرة".

توكيدى عدوانى انسحابى

٦- تتصل السيدة بجيرانها لتعرب لهم عن ضيقها من صوت المسجل فتقول "انا جارتكم فى المنزل المقابل. صوت المسجل مرتفع جداً ولا أستطيع أن انام. هل من الممكن أن تخفضوا الصوت قليلاً".

توكيدى عدوانى انسحابى

٧- يقول الزوج لزوجته التى تريد اكمال دراستها الجامعية بعد انقطاع دام سنتين " لماذا تريدين عمل ذلك الآن، واضح انك لا تعرفين إمكانتك جيدا، أنسى موضوع الدراسة ولا ترعجينا به".

توكيدى عدوانى انسحابى

٨- أثناء حضورها لإحدى المحاضرات العامة، تفضل س ان تدخل من الباب الخلفى حيث لا يوجد كراسى شاغرة على أن تدخل من الباب الأمامى حيث يراها الجميع وهى تدخل - لتجلس على الكراسى الشاغرة فى المقدمة.

توكيدى عدوانى انسحابى

٩- يعود الزوج من عمله مبكرا بعض الشىء عن الموعد المعتاد ولا يجد العشاء معداً، تقول له الزوجة "أننى فى غاية الأسف، اننى زوجة سيئة، أنا اعلم انك فى غاية الجوع والتعب، لن اسامح نفسى قط على هذا".

توكيدى عدوانى انسحابى

١٠- تريد إنهاء مكالمة مع صديق اطالة فى الحديث فتقول لها "دعنا نكمل له بقية الحديث فى هذا الموضوع غداً، فوالدتى لا تحب أن استخدم التليفون لمدة طويلة.

توكيدى عدوانى انسحابى

(٣-٤) حل الصراع، النزاع، الخلاف

لا يخلو التفاعل الاجتماعى من الخلاف او النزاع أو الصداع، ذلك أن الفروق بين البشر حقيقة لا جدال حولنا - ولكننا نجد صعوبة كبيدرة فى تطبيق ما يترتب على هذه الحقيقة فى الواقع، ولكى نوضح ما نقصد اليه نذكر أن الفروق بين الافراد تعنى فروقاء فى الحاجات والاتجاهات والرؤى والقيم والقدرة ... الخ وبقدر فهم هذه الفروق او الاختلافات تكون قدرة الانسان على التعامل بسلام مع الآخرين وبقدر عجزنا عن فهم هذه الفروق يكون رفضنا لها، وسعينا أن تصبح رؤيتنا هى الرؤية الوحيدة الصحيحة - إذ أن وجود رؤية تختلف مع رؤيتنا تهددنا باحتمال اننا مخطئون. فتصير لدينا القلق ... اما الاتفاق على رؤية واحدة فهى تدعيم لرؤيتنا.

والخلاف او الاختلاف له جوانبه الايجابية، فهو مصدر النشاط ومصدر التقدم والتغير. ولكن يإذا ادى هذا الخلاف وهذه الصراعات إلى إعاقة المؤسسات كالمدرسة أو الاسرة، عن القيام دورهخا بكفاءة، أو اعاقته الافراد عن الشعور بالرضا والأمن وتحقيق الذات، هنا يخرج الصراع من حدود الظواهر الطبيعية إلى الظواهر غير السوية.

ولأن هذا الدليل يتبنى الاتجاه الايجابى الذى يسعى لرفع مناعة التلاميد او رفع كفاءتهم النفسية، ووقايتهم من الوقوع فى المشكلات ، وكذلك مساعدة من لديه مشكلات سواء انفعالية او سلوكية، فإننا نسعى لتدريب التلاميذ على الوعى بأسباب الصراع، وأشكاله، وكذلك تدريبهم على الاستراتيجيات التى تساعدهم على تجنب الصراع، أو تحجيمه، أو حله. ويمكن للأخصائى النفسى تقديم هذه المادة لجميع التلاميذ، ويمكن أن يشرك المعلمين والادارة - ويمكن أن يشترك الأباء ويمكن إعداد نشرة صغيرة ارشادية، ويمكن الاشتراك مع التلاميذ فى تصميم وإجراء بحث داخل المدرسة حول أسباب الصراع وأشكال الصراع فى المدرسة - ويمكن أن يقوم التلاميذ بإجراء هذا البحث فى اسرهم وسوف نقدم فيما يلى مزجا بين المعلومات، والتدريبات، كنموذج يساعد الاخصائى على تقديم موضوع حل الصراع.

يعتمد التدريب على حل الصراع على مسلمات أساسية نلخصها فيما يلى:

* أن الصغار والكبار يمكن أن يتدربوا على حل الصراغ بأسلوب ايجابى يسهم فى تنمية العلاقات والتفاعل الإيجابى بينهم.
* أن الأطفال والكبار لديهم إمكانات هامة تساعدهم فى هذا.
* أن التدريب يعدل السلوك.

نحن بحاجة ماسة لأجيال محبة للسلام فى مجتمع عالمى يعانى من الإرهاب والعنف - والمدرسة من أهم المؤسسات الاجتماعية فى نشر الوعى بالسلام فالمدرسة يسودها التوتر والخوف

وانعدام الثقة وتملؤها الصراعات والعنف لا تسر التعليم ولا التعلم - وعلينا أن نبدأ الآن فى التدريب على حل الصراعات. وأول خطوة نحو السلام والأمن أن نشجع المناخ الايجابى الأمن. الذي يتوفر فيه المقومات الاساسية الآتية:

يمكن أن يتوقف الاخصائى النفسى هنا يسأل التلاميذ عن مقومات المناخ الايجابى الأمن ... وبعد مناقشة إجابات التلاميذ يمكنه أن يقدم لهم المقومات التى توصلت اليها البحوث العلمية حتى يقارنوا بين أفكارهم وبينها. فيعدلوا أو يعيدوا التفكير مما يرسخ لديهم مفاهيم الجو المدرسى الأمن - ويمكن للإخصائى استخدام نفس المفاهيم مع اعطاء أمثلة لمناخ الأسرة الأمن.

فيما يلى مقومات المناخ المدرسى الأمن:

(١) التعاون: يتعلم التلاميذ العمل معا وتبادل الثقة والمساعدة.

(٢) الاتصال: يتدرب التلاميذ على ملاحظة ما يدور حولهم كما يتدربوا على الاستماع الجيد وعلى مهارات التواصل بينهم وبين الأخرين.

(٣) التسامح: يتدرب التلاميذ على احترام الاختلاف وفهم التعصب واثره فى السلوك.

(٤) التعبير الايجابى عن المشاعر: يتدرب التلاميذ على التعبير عن الغضب والاحباط دون عدوان فيميزوا بين التعبير عن مشاعرهم وايذاء مشاعر الأخرين - كما يتدرب التلاميذ على ضبط النفس.

(٥) حل الصراع: يتدرب التلاميذ على حل الصراع بشكل ابداعى فى بيئة متسامحة مساندة.

يتوقف الاخصائى النفسى هنا ويطلب من التلاميذ اعطاء مثال على كل عنصر من عناصر او مقومات المناخ الأمن حتى تترسخ لديهم هذه الافكار ويمكن أن يطلب منهم الاجابة على مقياس التقدير الآتى:

- يسود التعاون مدرستنا إلى درجة كبيرة - متوسطة - صغيرة.
- يسود التواصل مدرستنا إلى درجة كبيرة - متوسطة - صغيرة.

وهكذا لا يهدف حل الصراع لمنع حدوث الصراع فهذا غير واقعى وغير مطلوب، وإنما يساعد هذا التدريب على تقليل الصراع، ومواجهته بأسلوب ايجابى حين يحدث. والخطوة الأولى فى هذا السبي مناقشة العوامل التى تؤدى الى الصراع نذكرها فيما يلى:

(١) **المناخ التنافسى:** حين يسود المناخ التنافسى يتعلم التلاميذ أن يعملوا ضد بعضهم البعض وليس مع بعضهم البعض ويترتب على ذلك:

* كل واحد لنفسه.
* عدم نمو المهارة على العمل الجماعى.

* الحرص على النجاح بأى وسيلة لأن الفشل يرتبط بعدم احترام الفرد لنفسه فيتحول الجو العام إلى كسب وخسارة.
* فقدان الثقة بالآخرين.
* التنافس فى المواقف التى تحتاج لتعاون.

(٢) **مناخ لا يتحمل الاختلاف** : الجو العام فى هذا المناخ يسوده عدم الثقة والنفور وفى هذه الحالة لا يساعد التلاميذ بعضهم بعض ويترتب على ذلك :

* تكوين الشلل واصطياد الضعفاء.
* عدم تحمل الاختلافات فى الدين أو المستوى الاجتماعى أو الاقتصادى أو الاختلاف فى الرأى.
* يشيع فى هذا البناء الشعور بالعزلة والوحدة.
* عدم احترام انجاز الآخرين او ممتلكاتهم.

(٣) **أسلوب اتصال سيىء**: أساليب الاتصال السيئة تمهد وتنمى الصراعات، فكثير من الصراعات نتيجة سوء تفاهم تتبادل، أو ادراك غير دقيق وغير واقعى لنوايا ومشاعر وحاجات وسلوك الآخرين ويمكن أن يظهر الصراع حين:

* لا يعرف التلاميذ كيف يعبروا عن حاجاتهم ورغباتهم بوضوح أو حين يخافون من التعبير عن رغباتهم.
* لا يستطيعون الاستماع للأخرين.
* لا يلاحظون بدقة ما يدور حولهم.

(٤) **اسلوب غير مناسب فى التعبير عن المشاعر**: الجانب الانفعالى مكون اساسى فى كل صراع، ولذلك فإن أسلوب التعبير عن الانفعالات له دور مباشر فى اثارة الصراعات ويبدو هذا فى الأمثلة الآتية :

* إذا كان التلميذ لا يعرف كيف يميز بين شعورة بالغضب والعدوان على الأخرين.
* اذا كان مطلوب منه عدم الإفصاح عن مشاعره فيخفيها فى الظاهر ويظل يعانى منها.
* اذا كان لا يستطيع ضبط مشاعره فيعبر عنها بصورة غير مقبولة.

(٥) **الافتقار لمهارات حل الصراع** : يتصاعد الصراع ويتفاقهم رذا لم يكن لدى اطرافه مهارات مبدعة فى مواجهته وحله، فتظهر نماذج عدوانية لحل الصراع، وكثيرا ما تلاقى الاستحسان والتشجيع مما يؤدى لانتشارها.

(٦) **سوء استخدام السلطة** : سوء استخدام السلطة من الأسباب الهامة التى تخلق الصراعات فالأم والمدرس والمدير كل منهم يسهم بشكل مباشر فى النقاط الخمسة السابقة بصورة أو

أخرى.

وفيما يلى بعض الأمثلة لسوء استخدام السلطة الذى يخلق الصراع:

* يتسبب فى إحباط من هو أقل سلطة بمطالبته بما لا يقدر عليه.
* ممارسة السلطة او وضع قواعد " جامدة"
* ممارسة التسلط على افراد الجماعة.
* نشر جو عام من الخوف وانعدام الثقة.

هناك ثلاثة اساليب شائعة للاستجابة للصراع:

* العدوانية قولا أو فعلا.
* الالتجاء لسلطة أعلى أو اقوى للحصول على الحماية.
* اهمال الموقف (الانسحاب).

لكى نرسخ لدى التلاميذ المفاهيم الأساسية للصراع يمكن تطبيق التدريب التالى:

اكتب فيما يلى كل فكرة ترد لذهنك عندما تسمع كلمة صراع او نزاع او خلاف.

ويمكن للأخصائى النفسى أن يوجه التلاميذ إلى تجميع كل افكارهم حتى يتضح المفهوم لديهم - ثم يقوم بمناقشة ما توصلوا إليه. وقد يستكمل هذا التدريب بتوجيه الاسئلة الآتية للتلاميذ:

هل يرتبط الصراع بالسلبيات بشكل مطلق أم أنه احيانا يسفر عن شىء ايجابى؟

هل يمكن أن يوجد فصل أو بيت بدون صراع؟

تصور وجود فصل بدون صراع إطلاقا كيف يبدو ذلكي؟

ما نوع الصرع الأكثر شيوعا فى فصلك؟

ما أسوأ انواع الصراع فى فصلك.

ما هى استجابتك لهذا الصراع؟

الغضب	الخوف	التفكير فى الهروب
الإحباط والغيظ	البكاء	غير ذلك اذكره
الضيق	التجنب.	

إذا كنا نريد فهم الصراع بصورة أفضل فالخطوة الأولى أن نفهم إدراكنا وخبراتنا ومخاوفنا .... الخ - وبرغم أن الصراعات لها جوانبها السلبية إلا انها لا تخلو من نقاط ايجابية.

ويمكن أن نقول أن الصراع يمكن أن يكون ذو قيمة موجبة أو سالبة - حين يكون موجباً فهو ينشط العلاقات ويقويها ويحسن التفاهم والاتصال وحين يكون سلبيا فانه يقسم الفصل إلى

منهم ومنتصر. مما يجعل الصراع دو قيمة موجبة أو سالبة ليس الصراع نفسه ولكن كيف نستجيب له.

سوف يتصاعد الصراع فى الحالات الآتية :

(١) مع شدة الغضب والاحباط.

(٢) مع خطورة التهديد كما يدركه الطرفين.

(٣) مع كثرة الاطراف التى تتدخل وكل منها يأخذ جانبا.

(٤) العلاقة غير الحميمة قبل وقوع الصراع.

(٥) ليس لدى الأطراف المتصارعة وعى بأساليب التسوية السلمية.

وقد يخمد الصراع فى الحالات الآتية :

(١) تركيز الاهتمام فى المشكلة وليس فى اطرافها.

(٢) التعبير الانفعالى هادىء وادراك التهديد محدود

(٣) العلاقات قوية قبل الصراع.

(٤) توجه الاطراف المعنية نحو السلام وليس مزيدا من الصراع.

إذا تصورنا صراع او نزاع بين طرفين كل منهما يريد أن ينتصر هو ويهزم الطرف الآخر. فسوف تكون النتائج سلبية للمنتصر والمنهزم. لماذا؟ لأن المنهزم لن يسلم، وسوف يعيد المحاولة لينتصر، وهذا يجعل العلاقة بينه وبين المنتصر علاقة توتر وترقب.

وقد ينهزم الطرفان - ولكن كيف ينتصر الطرفان - وهل هناك حلول للصراع ينتصر فيها الطرفان؟ نعم ، إذا كان الطرفان موجهان نحو حل المشكلة وليس نحو الانتصار للذات، والهزيمة للطرف الآخر.

يهمنا هنا الصراع بين التلاميذ بعضهم وبعض، وبين المعلمين والتلاميذ - ويظهر الصراع فى مواقف متكررة نلخصها فيما يأتى :

الصراع بين التلميذ والمدرس.

الصراع بين المدرس او الوالدين والتلميذ اما حول حاجات او قيم.

الصراع حول الحاجات :

التلميذ يريد التعبير عن غضبه والمدرس يمنعه لحفظ النظام فى الفصل.

الصراع حول القيم:

الصراع فى القيم - المدرس يضع قيمة كبرى لأشياء معينة يضع لها التلميذ قيمة أقل ، حل الواجب مهم جدا للمدرس وغير مهم بالنسبة للتلميذ.

النظافة – مهمة جدا للأم – غير مهمة للتميذ.

يحدث الصراع عندما تكون العلاقة غير متكافئة فالقوة فى يد المدرس بشكل مطلق داخل الفصل، يكون الصراع لعدم توازن القوة – وهو موقمف نادر المثال إلا فى الفصل وهناك مظاهر متعددة لسوء استخدام المدرس لما لديه من قوة او سلطة.

(١) تستخدم القوة بدون حكمة.

(٢) تاكيد المدرس على عدم امتلاك التلميذ للقوة.

(٣) النظام مؤسس على الخوف والانصياع وليس المنطق او الاهتمام او اى مشاعر ايجابية.

لماذا ينزلق بعض المدرسين إلى هذا السلوك:

فى الأغلب لأنهم يخلطوا بين السلطة والتسلط – السلطة فى الفصل تساعد على تقديم خبرات ايجابية للتلميذ، ومساعدته على التعبير عن نفسه فى جو يسوده النظام والاحترام.

أما التسلط فيترتب عليه مطالبة التلاميذ بالطاعة العمياء – وبالتالى يثير مقاومة التلاميذ.

لكى ندرب التلاميذ على ضبط النفش لابد أن نقدم لهم المعلم نموذج أو صورة لضبط النفس، حيث تستخدم القوة بحكمة، وهذا فى ذاته نموذج جيد يدعو التلاميذ لاستخدام القومة بحكمة أيضا.

الجو الذى يسوده التسلط يستثير المقاومة قد يبدو التسلط حاسما فى لحظة حيث ينهى الموقف، ولكنه يؤدى لتراكم الآثار السلبية – وهذا لا يعنى أن نترك الفصل لنرضى التلاميذ.

فهم أهداف وحاجات المعلمين والتلاميذ:

أحد الأسباب الأساسية لسوء استخدام القومة – مبالغة المعلم فى الاستجابة للصراع بينه وبين التلاميذ – فقد يدرك اى صراع باعتباره تهديدا لقوته – وهذا ليس صحيحا بالضرورة – علينا أن نعرف الصراع بدقة لكى نتفهمه بشكل أفضل.

ونبدأ بالكلام عن الأهداف والحاجات :

الأهداف : كل سلوكنا موجه نحو هدف – قد يكون الهدف عريضا وعاما كتدريب التلميد على الاستقلال، أو محدودا كتدريب التلميذ على جدول الضرب.

وبصرف النظر فالهدف إما معرفى او انفعالى او سلوكى.

بعض الاهداف شديدة الأهمية وبعضها عديم الأهمية ومعظمها يقع بين الطرفين.

مشكلة المدرس أنه يعرف اهدافه نحو التلميذ ولكن ليس واعيا بقيمة هذه الاهداف لدى التلميذ ويترتب على ذلك أن نتصارع اهدافه مع اهداف التلميذ. مثال لذلك : **النظام من أهداف المعلم** – وليس من أهداف التلميد من هنا ينشأ صراع أو نزاع أو خلاف.

وكذلك تتصارع اهداف المعلم فيما بينها فقد لا يدرك الأهمية النسبية للأهداف. مثال لذلك : فيمكن أن تكون أحد اهداف المعلم تدريب التلاميذ على الاستقلال واختيار اهدافهم وفى نفس الوقت شغل وقت التلميذ بما يراه هو مفيدا.

هذان الهدفان متعارضان ولو فى بعض الأحيان.

فى مثل هذه الاحوال لابد أن يدرك المعلم القيمة النسبية لكل هدف من اهدافه حتى يتجنب الاهداف المتصارعة.

وهناك عوامل متعددة تؤثر فى الأهمية النسبية للهدف.

فيما يلى تدريب يساعدك على تقدير الأهمية النسبية لأهدافك المختلفة :

(١) اكتب قائمة بالاهداف التى يريد المعلم تحقيقها - لا يهم أن تكون عامة أو خاصة المهم أن تكتب ١٠ أهداف.

(٢) ضع امام كل هدف منها درجتين تبعا للمقياس الآتى: الدرجة الأولى تعبر عن اهمية الهدف للمعلم ، والدرجة الثانية تعبر عن اهمية الهدف لديك.

هدف فى غاية الأهمية - لا أتنازل عن تحقيقه.

هدف هام جدا - لا أتنازل عن تحقيقه بسهولة.

هدف متوسط الأهمية - يمكن أن أتنازل عن تحقيقه.

هدف غير هام - لااهتم تحقيقه.

هدف غير هام اطلاقا - مضيعة للوقت.

إعطاء كل هدف قيمة هام جدا فى فهم الصراع.

قرر بداية هناك صراع بين اهداف المعلم واهداف التلاميذ

إذا كانت الإجابة بنعم فما هى الأهداف التى تثير هذا الصراع؟

ما أهمية هذا الهدف للمعلم وللتلميذ

هل لدى التلميذ تصارع فى الأهداف ؟ وهل لدى المعلم تصارع فى الأهداف.

ما الأهداف التى يتفق المعلم والتلميذ عليها.

يمكن للاخصائى أن يتوقف هنا ليناقش كيف يمكن أن يتحول الصراع إلى حل إيجابى. يمكن تدريب التلاميذ على استراتيجية تحليل الموقف إلى عناصر، أو استراتيجية تبادل الأدوار، "لو كنت مكان المعلم" كما يمكن استخدام استراتيجيات الحوار الأيجابى بدلا من الحوار السلبى.... أو ما يراه الاخصائى مناسبا".

الحاجات : ليست كل الصراعات فى الأهداف - فأحيانا تكون الصراعات حول الحاجات

وهنا لابد أن تكون على وعى بحاجاتك - كلما كنت واعيا بحاجاتك كلما كنت أقدر على فهم موقف الصراع وبالتالى أقدر على التصرف فيه بمنطق وحكمة وبالتالى تستطيع أن تحوله إلى موقف بناء.

يمكن أن تعتبر أن الحاجات الأساسية لدى الفرد هى:

(١) الحاجة لتحقيق الذات (يمكن الرجوع إلى مكونات تحقيق الذات).

(٢) الحاجة إلى تقدير الذات - والحاجة للأمن والحاجة للحب.

(٣) الحاجة للتميز فى الانجاز.

(٤) الحاجة إلى القوة.

(٥) الحاجة إلى التواد.

ماهى الحاجات الأساسية لدى المعلم من وجهة نظرك؟

ماهى الحاجات الأساسية لديك ؟

كيف يمكن أن تتحقق حاجات المعلم وحاجاتك دون صراع ؟

أى كيف يمكن أن يحقق الطرفان حاجاتهم دون أن يكون هناك منتصر ومنهزم.

تذكر أن الحاجات تتصارع كما تتصارع الاهداف.

ولكن يمكن دائما السعى لتحقيق معادلة الانتصار لكل الأطراف.

* يمكن للأخصائى النفسى أن يستخدم نفس التدريب مع اعطاء الأمثلة من الأسرة، او الزملاء.
* يمكن للأخصائى النفسى استخدام هذا التدريب ليعطى فرصة للتلاميذ لمناقشة مشكلات النظام فى المدرسة.
* وهنا مداخل أخرى متعددة يمكن لتوظيف هذه المفاهيم.

٣ - ٥ كيف نواجه مواقف الحياة

سوف نقدم فى هذا التدريب قائمة تساعد التلميذ على الوعى بالأساليب التى يستخدمها لمواجهة مواقف الحياة المختلفة .

تعتبر السلوكيات والمهارات وعادات المواجهة التوافقية ذات أهمية كبرى فى الحياة اليومية حيث تساعد على مواجهة هذه المواقف بأساليب تساعدك أن تتعلم وان تنمو بدلاً من الشعور بالحزن والعجز . أما عادات المواجهة والسلوكيات والمهارات غير المتوافقة فهى تعطل قدرتك على مواجهة المواقف بل وتضيف إلى شعورك بالتوتر .

وتتكون القائمة من قسمين ، المواجهة مع الذات والمواجهة مع البيئة . ويتضمن (المواجهة مع الذات) السلوكيات التى يلجأ إليها الفرد لإشباع حاجاته . أما المواجهة مع البيئة - فيتضمن السلوكيات التى يقوم بها الفرد للتوافق مع متطلبات وضغوط العالم المحيط به . ولكل قسم ثلاثة أبعاد تعكس أسلوب الفرد التوافقى (فعال - ايجابى - مرن) . والسلوك الفعال يعنى استخدامك لإمكاناتك الشخصية بطرق تساعدك فى الوصول إلى النتائج التى تتطلع اليها ، أما السلوك الايجابى فيشير إلى بداية تسيير الأمور والمحافظة على استمرارها فى الحركة ، السلوك المرن فيعنى استخدام مدى واسع ومتنوع من الاستراتيجيات ويتضمن القدرة على الانتقال من خطة لأخرى أو تغيير أفكار قائمة بالفعل . وللإجابة على القائمة نرجو قراءة التعليمات التالية : أحد الطرق للإجابات أن تفكر فى سلوكك فى مواقف متعددة ومتنوعة ثم تسجيل (اختيار) الدرجة التى تتفق مع سلوكك على البند تبعاً لذلك ، طريقة أخرى أن تسجل استجابتك وفقاً لإنطباعك الأول للبند . ثم اغلق كراسة الإجابة وبعد وقت قصير أعد فتحها لمراجعة استجاباتك وتغيير ما شئت من استجابات .

تعليمات الإستجابة :

ضع دائرة حول الدرجة تبعا لما تحققه لك من نتائج ايجابية على أساس مهارتك وقدرتك فى استخدام الاستراتيجية المذكورة .

الدرجة ١ : تشير إلى سلوك غير فعال فإما أنك لا تستطيع عمل شئ أو ما تقوم به لا يؤدى للنتيجة المطلوبة .

الدرجة ٢ : عندما يتصف سلوكك بدرجة ضئيلة من الفاعلية فإما أن يكون السلوك غير ثابت أومناسب أو أنه تكرار يتسم بالجمود فأنت تقوم احيانا بسلوك فعال ولا تقوم به فى بعض الأحيان فى مواقف مشابهة أو قد تكرر السلوك نفسه بغض النظر عن الموقف .

الدرجة ٣ : عندما يكون سلوكك فعال فى بعض المواقف دون غيرها والأمر يختلف تبعاً للموقف .

الدرجة ٤ : فى معظم الأحوال يغلب على سلوكك انه فعال ومناسب .

الدرجة ٥ : عندما يكون سلوكك فعالاً معظم الوقت تستخدم هذه التقديرات (التعليمات) للاجابة على بنود المقياس .

(١) تدل على عدم كفاءة ، (٥) تدل على أعلى كفاءة .

واذا صادفت أحد البنود الذى يقع سلوكك تجاهه على درجتين حاول اختيار احداهما بوضع دائرة حول الرقم الأقرب لسلوكك .

أولاً: المواجهة مع الذات:

أ - المواجهة المنتجة (الفعالة)

البند					
١ - حين توجد فى موقف جديد أو صعب ، هل تجد وسيلة للتصرف ؟	١	٢	٣	٤	٥
٢ - هل تستجيب لتحكم الآخرين بأسلوب يساعدك أو يساعد الموقف (على سبيل المثال كيف تستجيب ازاء القواعد التى وضعها الآخرون أو الأوامر المفروضة عليك فى العمل ، الأسرة أو المجتمع ؟) .	١	٢	٣	٤	٥
٣ - هل تتمتع بالشعور بالسعادة بصفة عامة ؟	١	٢	٣	٤	٥
٤ - هل لديك ثقة فى قدرتك على التعلم والعمل ؟	١	٢	٣	٤	٥
٥ - هل تطبق ما تعلمته عل يالمواقف الجديدة ؟	١	٢	٣	٤	٥
٦ - هل تحدث الآخرين عن حاجاتك الشخصية ؟	١	٢	٣	٤	٥
٧ - هل تلجأ إلى سلوك حماية الذات للتحكم فى تاثير البيئة (على سبيل المثال هل تعطى نفسك فترة راحة ، أو تنسحب أو تغير ما تقوم به عندما يصبح الموقف مهددا ؟)	١	٢	٣	٤	٥

٨ - هل يصيبك الإحباط بسهولة فى العديد من المواقف ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

(١ = تحبط بسهولة ، ٥ = لا تحبط بسهولة) ٣ ٤ ٥

٩ - هل شعورك ايجابى عن ذاتك ؟ (هل تتمتع بتقدير ذاتك أو الفخر بها والرضا عنها ؟) ١ ٢

١٠- هل تستطيع التغلب على القلق ؟ (عندما يثير موقف ما قلقك فهل تستطيع التحكم فيه بدلاً من الاصابة بنوبة غضب أو الهيستيريا ، التوتر الزائد أو الانسحاب من الموقف ؟) ١ ٢ ٣ ٤ ٥

١١- هل تشعر انك تعوض عجزك فى مواقف ما لاسباب جسيمة ، عقلية أو انفعالية ؟ (على سبيل المثال اذا كنت تجد صعوبة عند قراءة الخرائط فهل تحصل على تعليمات شفهية أو مكتوبة ؟ اذا كنت لا تستطيع التعاون مع الغير فهل تفضل السباحة عن لعب الكرة ؟) ١ ٢ ٣ ٤ ٥

١٢- هل توظف قدراتك العقلية بنفس القدر من الفاعلية التى تشعر أنك تستطيعها ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

	١	٢	٣	٤	٥
أ - التقدير					
ب - تكرار الاجابة					
جـ - الدرجة (أ × ب)					

الدرجة الخام

ب - المواجهة الايجابية :

١ - فى حالة غضبك أو عدم اتفاقك مع الآخرين هل تخبرهم بشعورك؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٢ - هل تطلب المساعدة عندما تشعر انك بحاجة إليها ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٣ - هل تعمل شيئاً ما لتلبية حاجاتك ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

١ ٢ ٣ ٤ ٥

٤ - هل تثابر عند القيام بعمل ما حتى يكتمل ؟

٥ - هل تستجيب لما تسمعه أو تلمسه أو تراه أو تشعر به أو كذلك ١ ٢ ٣ ٤ ٥
للتغيير فى شدة المثيرات التى حولك (١ = نادرا ما استجيب ،
٣ = تختلف تبعاً للموقف) ؟

٦ - هل تسلك بإندفاعية لدرجة تستشعر معها أن سلوكك يسبب لك ١ ٢ ٣ ٤ ٥
المشكلات ؟ (١ = شديد الاندفاع ، ٥ = لا أندفع) .

	١	٢	٣	٤	٥
أ - التقدير					
ب - تكرار الاجابة					
جـ - الدرجة (أ × ب)					

الدرجة
الخام

جـ - المواجهة المرنة :

١ - هل أنت مبدع ؟ (لديك أفكار جديدة أو تحاول عمل الأشياء ١ ٢ ٣ ٤ ٥
بأسلوب جديد أو مختلف ؟) .

٢ - هل تحقق التوازن بين الاستقلالية والتبعية (الاعتمادية) كى ١ ٢ ٣ ٤ ٥
تستطيع تقديم المساعدة أو الحصول عليها وقت الحاجة إليها ؟

٣ - هل تغير خططك أو تغير سلوكك أو تقوم بدور مختلف عند ١ ٢ ٣ ٤ ٥
الضرورة من أجل تحقيق شئ معين ؟

٤ - هل تقبل عند الضرورة بدائل للأشياء ، الأفكار أو الأشخاص ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٥ - هل تلجأ إلى توظيف امكاناتك الجسيمة ، الإنفعالية والعقلية فى ١ ٢ ٣ ٤ ٥
المواقف المثيرة للتوتر بأسلوب يساعدك فى خفض التوتر أو
ايجاد حل للموقف ؟

٦ - (هل انت مستقل ومعتمد على ذاتك) هل لديك استقلال الذاتى ؟ هل ١ ٢ ٣ ٤ ٥
تشعر بالحرية عند التصرف تبعا لما تراه انت أو اتخاذ قرار لو ان
تشعر ان عليك أخذ تعليمات من الآخرين أو الحصول على تأييدهم .

	١	٢	٣	٤	٥
أ - التقدير	١	٢	٣	٤	٥
ب - تكرار الاجابة					
جـ - الدرجة (أ × ب)					

الدرجة
الخام

أولا : المواجهة مع البيئة :

أ - المواجهة الفعالة

١ - هل تفضل مصاحبة الآخرين بدلاً من تجنب صحبتهم ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٢ - هل تسلك بطريقة مناسبة فى معظم المواقف ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٣ - هل تفهم وتتذكر وتتبع التعليمات ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٤ - هل تدرك البيئة المحيطة بكل ما تتضمنه من تفاصيل وتستجيب لها وهذا يعنى الأشياء التى تراها والأصوات التى تسمعها ، الأشخاص حولك والتغيرات تحدث ؟ وتستجيب لها ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٥ - هل لديك حب استطلاع أو حريص على معرفة اخبار الأشخاص ، الأماكن ، الأشياء ، المواقف ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٦ - هل تشعر بأنك مقبول ومحبوب من الآخرين ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٧ - هل تعرف ما هو المتوقع أو مطلوب منك وتسلك تبعاً لذلك ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٨ - هل تقاوم الشعور بالانهزامية بسهولة (على سبيل المثال هل نادرا ما تقول « لا أستطيع » أو لا تحاول بسبب الخوف من الفشل ؟) ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٩ - هل تدرك مشاعر الآخرين سواء كانت مشاعر السعادة أو الغضب ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

١٠- هل تستمتع بالحياة ، تمرح وتبتهج وتشعر بالرضا فى مواقف كثيرة ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

١١- هل لديك القدرة على توجيه ذاتك ؟ (على سبيل المثال هل تستطيع العمل) بأقل مساعدة من الآخرين ، هل تستطيع تنظيم يومك ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

١٢- هل تعى أو تدرك وتستجيب لتلميحات وحالات الأشخاص الآخرين الانفعالية مثل تعبيرات الوجه ، نبرات الصوت ..؟) ١ ٢ ٣ ٤ ٥

	١	٢	٣	٤	٥
أ - التقدير	١	٢	٣	٤	٥
ب - تكرار الاجابة					
جـ - الدرجة (أ × ب)					

الدرجة الخام

ب- المواجهة الايجابية :

١ - هل تشعر بأنك قادر على عمل الأشياء بسهولة وهدوء ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٢ - هل أنت منشط تثير اهتمام الأخرين (موضع اعجاب الأخرين لمن حولك ؟ (على سبيل المثال هل يمكنك مساعدة الأخرين على البدء بالعمل وتحمسهم ؟) ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٣ - هل تسهم بفاعلية فى المواقف ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٤ - هل لديك مستوى للنشاط يساعدك فى أى شئ تقوم به ؟ (فأنت لا تتحرك ببطئ بحيث لا تنجز شئ وفى نفس الوقت لست نشيطا بحيث لا تستطيع المثابرة حتى يكتمل العمل) (١ = قليل جداً أو نشاط كبير للغاية) . ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٥ - هل لديك توجه ايجابى نحو الحياة ؟ (على سبيل المثال هل أنت متفائل ترى الوجه الطيب أو الجيد للأمور) تتوقع ان يتحقق لك ما تريد . ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٦ - هل لديك من الطاقة والنشاط ما يكفيك لأن تقوم بالأشياء التى تريد ان تقوم بها . ١ ٢ ٣ ٤ ٥

(١ = انخفاض مستوى الطاقة وسهولة التعب ، ٥ = زيادة مستوى الطاقة وحسن استغلالها) .

	١	٢	٣	٤	٥
أ - التقدير	١	٢	٣	٤	٥
ب - تكرار الاجابة					
جـ - الدرجة (أ × ب)					

الدرجة
الخام

جـ - المواجهة المرنة :

١ - هل تتقبل بود وبدعم الآخرين ؟ (هل تتقبل العاطفة والتشجيع كالمدح ؟) ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٢ - هل تمنح الود والدعم للآخرين ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٣ - هل تستمتع بالأمور الجديدة والإكتشافات الحديثة ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٤ - هل تتراجع بعد أن يخيب ظنك فى موقف ما أو تنهزم ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٥ - عند الضرورة هل تحاول بأساليب متنوعة لتحقيق هدف أو حل مشكلة ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

٦ - هل تقبل الأفكار الجديدة أو تعيد التفكير فيما لديك من أفكار ؟ ١ ٢ ٣ ٤ ٥

اذاودت هذا مناسباً ؟

	١	٢	٣	٤	٥
أ - التقدير	١	٢	٣	٤	٥
ب - تكرار الاجابة					
جـ - الدرجة (أ × ب)					

الدرجة
الخام

بعض المقاييس المقترحة

م	عنـــــوان الاختبـــــار	المـــؤلـــف أو المعـــــد
١	إختبار قلق الإمتحان	محمد عبد الظاهر الطيب
٢	مقياس الإتجاهات النفسية للمعلمين	جابر عبد الحميد جابر - يوسف محمود الشيخ
٣	مقياس السلوك التوافقى	صفوت فرج - ناهد رمزى
٤	إختبار التفكير الناقد	جابر عبد الحميد - يحي حامد هندام
٥	إختبار ذكاء الشباب المصور	حامد عبد السلام زهران
٦	إختبار ذكاء الشباب اللفظى	حامد عبد السلام زهران
٧	دليل فحص ودراسة الحالة	حامد عبد السلام زهران
٨	إختبار الشخصية المبتكرة	مجدى عبد الكريم حبيب
٩	إختبار دافعية التواد	ابراهيم قشقوش
١٠	مقياس تنسى لمفهوم الذات	صفوت فرج - سهير كامل
١١	مقياس تقدير الذات	حسين الدرينى / محمد أحمد سلامة
١٢	مقياس الخجل	حسين عبدالعزيز الدرينى
١٣	مقياس التوافق الدراسى	حسين عبد العزيز الدرينى
١٤	مقياس إتخاذ القرار	سيف الدين يوسف عبدون
١٥	مقياس الإكتئاب (د) للكبار BDI	غريب عبد الفتاح
١٦	إختبار الكفاءة الإجتماعية	مجدى عبد الكريم حبيب
١٧	مقياس الصحة النفسية للشباب	عبد المطلب أمين القريطى - عبد العزيز السيد الشخصى
١٨	رستبيان العدائية وإتجاهها	محمد عبد الظاهر الطيب
١٩	إختبار التوجة الشخصى وقياس تحقيق الذات	طلعت منصور - فيولا البيلاوى
٢٠	إختبار المهارات الإجتماعية	محمد السيد عبد الرحمن
٢١	إختبار تاكيد الذات	محمد عبد الظاهر الطيب
٢٢	قائمه قلق الإختبار	نبيل عبد الزهار - دنيس هوسفر
٢٣	إختبار دافعيه الإنجاز الأكاديمى	صفاء الأعسر / إبراهيم قشقوش / محمد سلامه
٢٤	الإتجاهات الدراسية وطرق الاستنكار	محمد السيد عبد الرحمن
٢٥	الاخـتـبـارات تورانس للتـفـكيـر	فؤاد أبو حطب - عبد الله محمود سليمان
٢٦	الابتكاريمقياس الذكاء العالى	محمد عماد الدين اسماعيل - سيد عبد الحميد مرسى
٢٧	اختبار مفهوم الذات للكبار	محمد عماد الدين اسماعيل - محمد أحمد غالى
٢٨	قائمه حالة -- سمة القلق	امينه محمد كاظم
٢٩	مقياس الارشاد النفسى	محمد عماد الدين اسماعيل - سيد عبد الحميد مرسى

خاتمـــة

اذا حقق هذا الدليل الهدف منه فسوف يجد الاخصائى النفسى امامه تساؤلات وقضايا يسعى لدراستها ، والاستزادة منها .

فمن أهداف الدليل اثارة الاهتمام والتساؤل ، أكثر من تقديم إجابات جاهزة - وهناك مراجع عديدة يمكن للاخصائى النفسى الاستعانة بها سواء فى تعميق المعرفة النظرية ، أو فى الحصول على أدوات القياس وغيرها من أدوات التشخيص .

وفيمايلى بعض المراكز والهيئات العلمية التى سوف ترحب بالتعاون مع الاخصائيين وتزويدهم بالمراجع والأدوات وللاخصائى الحرية فى الاتصال بها تبعا لموقعه .

أولاً : مكتبات كليات الآداب وكليات التربية بجميع الجامعات المصرية .

ثانياً : جميع المراكز البحثية سواء الملحقة بالكليات أو المراكز القومية .

ثالثاً : جميع معامل علم النفس الملحقة بكليات الآداب والتربية وتتوفر فيها معظم المقاييس النفسية .

رابعاً : العيادات ومراكز الاستشارات النفسية الملحقة بكليات الآداب والتربية .

وجدير بالذكر أن المركز القومى للامتحانات لديه معمل يضم معظم المقاييس والإختبارات النفسية .

سدد الله الخطى

وبارك السعى

صفاء الاعسر
٢٠٠١/١٠/١٠